

Qi Gong

Qi Gong ist eine alte, chinesische Meditations-, Konzentrations- und Bewegungskunst und ein Teil der chinesischen Medizin. Durch eine harmonische Kombination von sanft fließenden Bewegungen, einer bewussten Atmung und der Zentriertheit des Geistes steigern wir unsere Lebensenergie und kreieren ein Wohlbefinden von Körper, Geist und Seele.

Qi Gong Form: „18 Figuren - Taiji Qi Gong“

Wo:	MedAction (Physiotherapie, Rehabilitation, Training, Kurse) Zürcherstrasse 170, 8640 Rapperswil, im unteren Stock									
Wann:	Donnerstag 17:45 – 18:45 Uhr									
Anmeldung:	Erforderlich (siehe unten)									
Kosten:	<table> <tr> <td>Einzelktion</td> <td>CHF 35.-</td> <td>(in der Gruppe)</td> </tr> <tr> <td>5er Abo</td> <td>CHF 165.-</td> <td>(2 Monate gültig)</td> </tr> <tr> <td>10er Abo</td> <td>CHF 300.-</td> <td>(4 Monate gültig)</td> </tr> </table> <p>Schnupperlektionen sind gratis Privatstunden gerne auf Anfrage</p>	Einzelktion	CHF 35.-	(in der Gruppe)	5er Abo	CHF 165.-	(2 Monate gültig)	10er Abo	CHF 300.-	(4 Monate gültig)
Einzelktion	CHF 35.-	(in der Gruppe)								
5er Abo	CHF 165.-	(2 Monate gültig)								
10er Abo	CHF 300.-	(4 Monate gültig)								
Teilnehmer:	Erwachsene, alle Level									
Voraussetzung:	keine – jeder ist herzlich willkommen									
Mitnehmen:	Bequeme Kleidung, Rutschsocken oder Gymnastikschuhe									
Versicherung:	Ist Sache des Teilnehmers									
Sonstiges:	Abmeldungen bitte 24h vor Beginn, sonst wird die Lektion verrechnet. Vielen Dank.									

Kursleitung, Anmeldung und Infos:

Petra Lohner

E-Mail: petra.qigong@gmail.com

Mobile: 079 256 99 03

