



ROSWITHA JANI

BEWEGUNG IN DIE STILLE

Qi Gong Kurs

Die einfach erlernbaren Übungen vereinen harmonische Körperbewegungen, den Atemfluss und die Vorstellungskraft.

Ziel ist es die Lebensenergie - das Qi - besser zum Fließen zu bringen. Für einen vitalen und energiegeladenen Alltag.

Für alle:
Jung-alt,
gelenkig-ungelenkig
geübt-ungeübt
sportlich-unsportlich
für Interessierte
und Neugierige



Montag ab 2. Oktober 2023

18.30 - 19.45 Uhr

Deine Freude daran:

- innere Ruhe und Ausgeglichenheit finden
- Immunsystem steigern:
physisch + psychisch + mental
- Faszien, Gelenke, Bänder, Sehnen
und Muskeln transformieren
- die Seele nähren

Roswitha Jani, Qi Gong Lehrerin

€ 130,- für 10 Abende

GMZ Großrußbach, Hauptstraße 31

Bitte anmelden: 0699 188 23 528 - gratis Schnupperstunde sehr gerne möglich