

QiGong der vier Jahreszeiten

Oktober & November

am 10., 17. + 24. Oktober 2020
7. 14., + 21. November 2020
von 14:00 bis 15:00 Uhr
vor der Wartehalle der Chiemsee-Schiffahrt

QiGong der vier Jahreszeiten ist eine Methode, Körper und Geist auf die Jahreszeiten individuell einzustellen, und die Energie der Natur zu nutzen mit einfachen aber wirkungsvollen Übungen.

Der Herbst ist die Zeit der Klarheit.

Der richtige Moment, um sich konkrete Ziele zu setzen. Wir achten darauf, die Heiterkeit des Sommers zu bewahren und Körper und Geist mit klarer Atmungsenergie zu erfrischen. Wichtige Organe sind Lunge, Dickdarm und Nase. Ohne Anmeldung.

Bei jeder Witterung, daher wird wettergerechte Kleidung empfohlen.

Gebühr: 4,- € für Mitglieder von Kneipp-Vereinen
5,- € für Gäste



Ljubinka Zückert
zertifizierte QiGong-Kursleiterin

 **Verein**
Kneipp
aktiv & gesund
Prien am Chiemsee e.V.
www.kneippvereinprien.de