

Qigong , Übungen zur Lebenspflege auch für Einsteiger geeignet

jeden Donnerstag

Freyung, Abteistr. 23 (KEB)

Geübt werden sanfte Bewegungen in Ruhe, die erstaunlich viel Energie frei setzen und helfen, den Körper elastisch, beweglich und gesund zu erhalten, bzw. neue Impulse für Heilung hervor zu bringen durch den Ausgleich der Kräfte im Körper.

Als eine der fünf Säulen der Traditionellen Chinesischen Medizin führt das regelmäßige Üben unter anderem zu einer verbesserten Körperhaltung und -wahrnehmung, Anhebung der Lebenskraft und -freude. Außerdem wird dieser schon von alters her bekannten Übungsmethode nachgesagt, dass aus ihr auch Schönheit, langes Leben und Wohlstand erwachsen.

Anmeldung

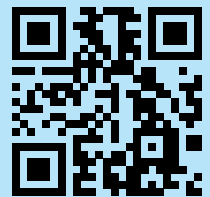
08551/4581 (Rückfragen b. d. Kursleiterin 08555/4232)

Mitveranstalter:

KEB, Bildungswerk Stadt Freyung, KEB-Zentral

Christa Mayer-Röhrs

mehr Infos &
Anmeldung



VÖ: 03.02.2025

Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Freyung-Grafenau e. V.

Abteistr. 23
94078 Freyung

Tel. (08551) 4581

info@keb-freyung.de

www.keb-freyung.de