

Qigong

Fortlaufender Kurs

jeden Dienstag (nicht in den Ferien)

Waldkirchen, Grundschule Waldkirchen

QiGong wird in der TCM (traditionelle chinesische Medizin) als Heilmethode eingesetzt.

Die sanften elastischen Bewegungen des QiGong:

- stärken das Immunsystem
- fördern Konzentration und Koordination
- regen den Stoffwechsel an
- fördern Ruhe und Entspannung
- stärken auf sanfte Weise Muskeln
- erweitern die Beweglichkeit

Mitveranstalter:

KEB, KDFB, Bildungswerk der Stadt Waldkirchen

Ulla Schiffler

freiwilliger Kostenbeitrag erbeten

Hinweis:

Bitte bequeme Kleidung und rutschfeste Socken mitbringen!

[mehr Infos &
Anmeldung](#)



VÖ: 10.03.2025

Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Freyung-Grafenau e. V.

Abteistr. 23
94078 Freyung

Tel. (08551) 4581

info@keb-freyung.de

www.keb-freyung.de