

# Live Qigong

in der Praxis Körpersprache



**Wann:** immer Dienstag 19.30 - 21.00

**16.1. - 19.3.2024**

**Wo:** Praxis Körpersprache, Maria-Theresia Str 1, München

**Kosten:** 5x 90 Min € 100.- Einzelstunden € 22.-

**Information:** Fortlaufender Kurs immer am Dienstag, kleine Gruppe

**Einstieg jederzeit möglich**

Gemäss den Bestimmungen können therapeutische und fortlaufende feste Kurse weiterhin stattfinden.

Bei Ausgangssperre beenden wir um 20.30

**Anmeldung:** Nur mit verbindlicher Anmeldung

tel: 0049 163 2616681

mail to : s.sapper@praxis-koerpersprache.de

**Inhalt:**

Wir üben verschiedene Formen des Gesundheits - Qigong: 12 Übungen der Daoyin-Form und „Corona-Form“ nach Prof. Hu Xiaofei, Stärkung der Nieren, vom Ursprung des Lichts nach Prof Cong, Hui Chun Gong, Stilles Qigong, Aufwärmübungen, Aufbau einer Qigong-Reihe, Selbstbehandlung mit dem Meridianklopper.

光