



Qi-Gong – die Kraft der sanften Bewegungen – Montag Kurse September - Dezember 2023

im Schloss Arbon in der Zeitoase

Alle Kurse setzen sich überwiegend aus Übungen des bewegten Qi-Gong zusammen. Sie verstehen sich als Wege der persönlichen Kultivierung und Heilung von Körper, Geist und Seele. Auch das stille Qi Gong oder Meditation ist Teil dieser Kursabenden. Die Kurse sind für alle Altersstufen und Konditionen geeignet und finden in Kleingruppen statt.

Daten: jeweils Montags von 19.15 – 20.30 Uhr

September 04./18.

Oktober 09./16./23.

November 06./13./20.

Dezember 04./11./18.

Es gibt die Möglichkeit, die Kurse einzeln oder im 10er Abo zu besuchen

Kosten: im 10 er Abo CHF 240.— (gültig 5 Monate)
einzeln CHF 28.—

Schnupperstunde nach Anmeldung CHF 20.--

Kursort: Zeitoase im Schloss Arbon: www.zeit-oase.ch

Auskunft und Anmeldung,

Kursleitung: Edeltraud Hablützel

Dipl. Qi-Gong-Kursleiterin 079 955 77 98

www.qi-pool.ch

