

A2608562 Qigong zum Kennenlernen

Beginn	Mittwoch, 22.04.2026, 17:30 - 18:45 Uhr
Kursgebühr	45,00 €
Dauer	5 Termine
Kursleitung	Karin Saam
Kursort	, Schlossmacherstr., 42477 Radevormwald

Sie machen erste Erfahrungen mit Qigong und erleben in grundlegenden Übungen die wohltuende Wirkung des Qigong. Ziel ist es, über die Verknüpfung von Atmung, Bewegung und Vorstellung den Energiefluss im Körper zu harmonisieren und die eigene Lebenskraft zu stärken. Körper, Geist und Seele sollen so ihr Gleichgewicht finden.

Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
22.04.2026	17:30 - 18:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
29.04.2026	17:30 - 18:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
06.05.2026	17:30 - 18:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
13.05.2026	17:30 - 18:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
20.05.2026	17:30 - 18:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5