

B2608563 18 Bewegungen des Taiji-Qigong

Beginn Mittwoch, 28.10.2026, 17:30 - 18:45 Uhr

Kursgebühr 54,00 €

Dauer 6 Termine

Kursleitung Karin Saam

Kursort , Schlossmacherstr., 42477 Radevormwald

Die Übungsabfolge der 18 Bewegungen des Taiji-Qigong ist leicht zu erlernen und zugleich sehr effektiv. Die fließenden Bewegungen erfassen den ganzen Körper und bringen das Qi in Fluss. Durch Aktivierung der Meridiane und eine entspannte Aufmerksamkeit auf das Tun können Körper, Geist und Seele ihr Gleichgewicht finden und innere Harmonie erfahren werden. Regelmäßiges Üben stärkt die Lebenskraft.

Bitte kommen sie in bequemer Kleidung.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
28.10.2026	17:30 - 18:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
04.11.2026	17:30 - 18:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
11.11.2026	17:30 - 18:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
18.11.2026	17:30 - 18:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
25.11.2026	17:30 - 18:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5
02.12.2026	17:30 - 18:45 Uhr	Radevormwald, VHS-Zentrum Bürgerhaus, Schlossmacherstr. 4 - 5