

**Geschäftsstelle  
Büro- und Telefonzeiten**

Telefon 041 610 76 09  
Montag bis Freitag  
08.00 - 11.30 Uhr

**Beratungsstelle  
Büro- und Telefonzeiten**

Telefon 041 610 25 24 und  
Telefon 041 610 25 62  
Montag bis Donnerstag  
08.00 - 10.00 Uhr  
oder nach Vereinbarung



Partnerin der Pro Senectute Nidwalden



Pro Senectute Nidwalden  
Nägeligasse 25  
6370 Stans

Telefon 041 610 76 09  
Spendenkonto CH34 0077 9000 1282 0110 0

info@nw.prosenectute.ch  
www.nw.prosenectute.ch

**PRO  
SENECTUTE**

GEMEINSAM STÄRKER



**Qi Gong**

**Nidwalden**

## Qi Gong Kurs

Qi Gong ist eine chinesische Bewegungs- und Meditationsform, die sowohl auf den Körper, wie auch auf die Psyche positive Auswirkungen hat. Die langsamen, einfach auszuführenden Bewegungen unterstützen den Energiefluss sowie die Körperwahrnehmung und die innere Ruhe. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

### Ort

St. Klara-Rain 1, Stans

Kursraum „Gesund und munter“, 2. Stock

**Achtung:** Keine Parkplätze vor Ort. Bitte Parkplätze im Dorf benutzen.

### Anmeldung und Information:

Pro Senectute Nidwalden

Nägeligasse 25

6370 Stans

Telefon 041 610 76 09

info@nw.prosenectute.ch

Programm auch unter

[www.nw.prosenectute.ch/de/  
freizeit/bewegung-sport](http://www.nw.prosenectute.ch/de/freizeit/bewegung-sport)

## Kurs 1

**Achtung:** Dieser Kurs ist zurzeit ausgebucht.

Bitte informieren Sie sich auf unserer Geschäftsstelle.

### Daten

Block 1: 20./27. August und 3./10./17./24. September (6x)

Block 2: 15./22./29. Okt., 5./12./19./26. Nov., 3./10. Dez. (9x)

### Zeit

Dienstag, von 16.15 - 17.15 Uhr

### Leitung

Beatrice Avanzini

Dipl. Qi Gong Lehrerin

### Kosten

Block 1: CHF 150.00

Block 2: CHF 225.00

## Kurs 2

### Neuer Einsteigerkurs

### Daten

Block 1: 3./10./17./24. September (4x)

Block 2: 15./22./29. Okt., 5./12./19./26. Nov., 3./10./17. Dez. (10x)

### Zeit

Dienstag, von 08.45 - 09.45 Uhr

### Leitung

Christoph Amrhein

Dipl. Qi Gong Lehrer

### Kosten

Block 1: CHF 100.00

Block 2: CHF 250.00