

Qi Gong Einsteigerkurs

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

Daten

3./10./17./24. September 2024 (4 x)

Zeit

Dienstag, von 08.45 - 09.45 Uhr

Ort

St. Klara-Rain 1, Stans
Kursraum „Gesund und munter“ im 2. Stock

Leitung

Christoph Amrhein, Dipl. Qi Gong Lehrer

Kosten

CHF 100.00

Anmeldung

bis 15. August 2024

Spezielles

Bitte Parkplätze im Dorf benutzen

Programm auch unter

www.nw.prosenectute.ch/de/freizeit/bewegung-sport



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



Sanfte
Bewegungs-
Angebote

Qi Gong Einsteigerkurs