

# QI GONG SOMMER

18.–22. Juli 2022

Eine Woche lang stimmen wir uns jeden Morgen durch Meditation auf den neuen Tag ein. Dazu erlernen wir die Übungsreihe RedVelvet Qi Gong. Die Übungen werden langsam, ohne Kraftanstrengung und dadurch harmonisch ausgeführt. Anschliessend tanken wir im Liegen und Gehen Sonne auf. So können wir dem Tag voll Freude und innerer Zufriedenheit begegnen. Wir gönnen uns das Feriengefühl in Zürich. Danach bleibt uns noch genügend Zeit für die Badi, Freunde, Grill-Abende und Spaziergänge.

<b>Kurszeit</b>	Montag - Freitag, jeweils 8.30 bis 12.00 Uhr
<b>Kurskosten</b>	CHF 500.– <ul style="list-style-type: none"><li>– 15 Stunden Unterricht in Atemarbeit, Qi Gong und Meditation</li><li>– fünf freie Nachmittage</li></ul>
<b>Kursort</b>	<b>Balance Place am Albisriederplatz und umliegende Parks</b> Friedastrasse 25   8003 Zürich
<b>Kursleitung</b>	Djurdja Petrina Bucher, Qi Gong Ausbildnerin/Atemtherapeutin IKP
<b>Infos</b>	079 504 38 13   <a href="http://www.balanceplace.ch">www.balanceplace.ch</a>
<b>Anmeldung</b>	Bis 10. Juli 2022

Weitere Kurse >>>>