

Qi Gong –

Entspannung und Anspannung

in meditativer Bewegung – beweglich in Körper, Geist, Seele



Wo *Vereinsheim (neben der Elbschehalle),
Elbscheweg 12, Wetter-Wengern*

Wann *mittwochs*

für Einsteiger 18:00 – 19:00 Uhr

für Fortgeschrittene 19:30 – ca. 20:30 Uhr

September: 09./16./23.09.26

Oktober: 14./21.10.26

November: 04./11./18./25.11.26

Dezember: 02./09./16.12.26

Was *bequeme Kleidung, warme/ rutschfeste
Socken, ggf. eine dünne Matte, Getränk bitte
mitbringen*

Wieviel *12 Einheiten, Kursgebühr 120 €
(Anmeldung per Mail oder telefonisch)*

Was noch *Fragen und weitere Infos unter
susanne@freyberg-gesundheit.de
oder tel. 0151 4042 7723*

„Schnupperabend“ für Einsteiger:

9. September 2026