

Qigong Oase

Donnerstag
05. Dezember 2024
18 Uhr bis 21 Uhr

Medizinisches Qigong
& wohltuende
Lebenspflege nach TCM

DJK Aschaffenburg kleine
Schönbuschallee 130

genussvoll Kraft tanken

Wenn wir unsere Lebendigkeit im gegenwärtigen Moment erfahren, kann schon ein einziger Atemzug zur Quelle tiefer Freude werden.

Bewegung in Stille -

Freue dich auf dynamische, wie auch ruhige Elemente aus der ganzheitlichen Körperarbeit des medizinischen Qigong. Sowie wohltuende Lebenspflege basierend auf der TCM. Erfahre Bewegung und Stille in dir - *Stille in Bewegung*

Oase – Vielleicht möchtest du dir mal Zeit ganz für dich schenken. Zum bei dir ankommen, genussvoll Kraft tanken, dich selbst verwöhnen. Freue dich auf einen Abend vollen Genießens, eingebettet in erfrischende Atemübungen, Meridian Qigong, ganzheitliche Lebenspflege, Selbstmassage (Gesicht, Hände, Füße). Elemente aus dem fröhlich machenden Klopfen, den 6 heilenden Lauten, der Meditation des inneren Lächelns... *erfüllte Lebendigkeit genießen*

Kontakt/Anmeldung

taiji-qigong@vonherzen-bewegt-sein.de
oder 06021 – 4942334 DJK Aschaffenburg

Kosten 45 €

Vorkenntnisse sind keine erforderlich. Nur Neugier und Spaß an Bewegung.

Miriam Seibel

von Herzen bewegt Es ist mir eine Freude und Berufung, Menschen auf ihrem individuellen Lebensweg durch dynamische, wie auch ruhige Elemente der ganzheitlichen Körperarbeit zu begleiten. *mit Taiji * Qigong * Shiatsu*

Qigong Lehrerin & Kursleiterin Taijiquan
bei der BVTQ, (Bundesvereinigung für Taijiquan und Qigong
Deutschland e.V. – das Netzwerk

Ich freue mich auf dich!

Herzliche Grüße
Miriam Seibel