

251-S3E04 Qigong - ZPP

Beginn	Samstag, 05.07.2025, 10:00 - 12:00 Uhr
Kursgebühr	90,00 €
Dauer	4 Termine
Kursleitung	Anja Felsing
Mitzubringen	bequeme Kleidung, dicke Socken oder Turnschuhe
Kursort	VHS Simbach (Vortragsraum), Innstraße 18, 84359 Simbach

Qigong ist Teil der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) und wird zur Vorbeugung von Krankheiten, zur Kräftigung der Muskulatur und zur Entspannung des ganzen Organismus praktiziert. Geübt wird überwiegend im Stehen und Sitzen. Energie auftanken - seine innere Ruhe finden, um den Anforderungen des Tages gewachsen zu sein. Qigong sind heilsame, wohltuende energetische Übungen, die auf den ganzen Menschen wirken.

Dieser Kurs kann von Ihrer Krankenkasse bezuschusst werden.

Termine

Datum		Ort
05.07.2025	10:00 - 12:00 Uhr	Innstraße 18, Simbach, VHS Simbach, Vortragsraum
12.07.2025	10:00 - 12:00 Uhr	Innstraße 18, Simbach, VHS Simbach, Vortragsraum
19.07.2025	10:00 - 12:00 Uhr	Innstraße 18, Simbach, VHS Simbach, Vortragsraum
26.07.2025	10:00 - 12:00 Uhr	Innstraße 18, Simbach, VHS Simbach, Vortragsraum

[zur Kursdetail-Seite](#)