

## 261-R3E04 Qigong für Frauen - entspannt und stark für Frauen im jedem Alter Präventionskurs der ZPP

|                |  |
|----------------|--|
| Beginn         | Mittwoch, 20.05.2026, 19:00 - 20:30 Uhr                                      |
| Kursgebühr     | 128,00 €   |
| Dauer          | 8 Termine  |
| Kursleitung    | Luise Wagner   |
| Mit zu bringen | bequeme Kleidung, leichte Turnschuhe oder dicke Socken, Getränk              |
| Kursort        | Altes Rathaus (vhs-Gymnastikraum, 2. Stock), Stadtplatz 1, 84307 Eggenfelden |

Es gibt schon seit langer Zeit bewährte Übungen, die Frauen jeden Alters helfen, zu entspannen und sich in den verschiedenen Lebensphasen im weiblichen Körper wohl zu fühlen. Diese Übungen im Stehen und Sitzen sind leicht zu erlernen und überzeugend in der Wirkung.

Die Kursleiterin, Luise Wagner, ist Physiotherapeutin sowie zertifizierte Qigong-Lehrerin und unterrichtet seit über 30 Jahren Qigong. Ihr Interesse liegt jetzt vor allem beim "Qigong für Frauen," bei der Hilfe zur Selbsthilfe.

### Termine

| Datum      | Ort  |
|------------|--|
| 20.05.2026 | 19:00 - 20:30 Uhr      Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock |
| 10.06.2026 | 19:00 - 20:30 Uhr      Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock |
| 17.06.2026 | 19:00 - 20:30 Uhr      Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock |
| 24.06.2026 | 19:00 - 20:30 Uhr      Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock |
| 01.07.2026 | 19:00 - 20:30 Uhr      Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock |
| 08.07.2026 | 19:00 - 20:30 Uhr      Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock |
| 15.07.2026 | 19:00 - 20:30 Uhr      Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock |
| 22.07.2026 | 19:00 - 20:30 Uhr      Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock |

[zur Kursdetail-Seite](#)