

262-R3E03 Qigong für Frauen - entspannt und stark für Frauen im jedem Alter Präventionskurs der ZPP

Beginn	Mittwoch, 23.09.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
Kursgebühr	160,00 €
Dauer	10 Termine
Kursleitung	Luise Wagner
Mitzubringen	bequeme Kleidung, leichte Turnschuhe oder dicke Socken, Getränk
Hinweis	Der Kurs ist von der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) als Präventionskurs zertifiziert und die Kosten werden bei regelmäßiger Teilnahme (anteilig) von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.
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
23.09.2026	19:00 - 20:30 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock
30.09.2026	19:00 - 20:30 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock
07.10.2026	19:00 - 20:30 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock
14.10.2026	19:00 - 20:30 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock
21.10.2026	19:00 - 20:30 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock
28.10.2026	19:00 - 20:30 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock
11.11.2026	19:00 - 20:30 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock
25.11.2026	19:00 - 20:30 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock
02.12.2026	19:00 - 20:30 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock
09.12.2026	19:00 - 20:30 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock

[zur Kursdetail-Seite](#)