

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

Beginn	Mittwoch, 20.01.2027, 19:00 - 20:30 Uhr
Kursgebühr	160,00 €
Dauer	10 Termine
Kursleitung	Luise Wagner
Mitzubringen	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
20.01.2027	19:00 - 20:30 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock
27.01.2027	19:00 - 20:30 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock
03.02.2027	19:00 - 20:30 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock
17.02.2027	19:00 - 20:30 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock
24.02.2027	19:00 - 20:30 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock
03.03.2027	19:00 - 20:30 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock
10.03.2027	19:00 - 20:30 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock
17.03.2027	19:00 - 20:30 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock
07.04.2027	19:00 - 20:30 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock
14.04.2027	19:00 - 20:30 Uhr	Stadtplatz 1, Eggenfelden, Altes Rathaus, vhs-Gymnastikraum, 2. Stock

[zur Kursdetail-Seite](#)