

Qigong - Zeit für mich

Lernen Sie an diesem Nachmittag den Flug des Kranichs, die 5 Elemente in der Harmonie und die Quelle kennen, um mit sich und der Natur in Einklang zu kommen. Bringen Sie Ihre Lebensenergie, das Qi, in Fluss und spüren die wohltuende Wirkung dieser Meditation in Bewegung. Für die Teilnahme sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke und ein längliches Kissen.

Kurs-Nr.	95-025 (Semester: 2/25)
Dozentin/Dozent	Marion Tina Hartung
Daten und Kosten	Samstag, 20.09.2025, 14:30 - 17:30 Uhr 27,40 Euro
Veranstaltungsort	Freih.-v.-Stein-Haus, Raum 0-05, Bewegungsraum Freiherr-vom-Stein-Str. 1, 49716 Meppen Nicht rollstuhlgerecht
Ansprechpartnerin/ Ansprechpartner	Maria Sonnenburg

Alle Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
20.09.2025	14:30 - 17:30 Uhr	Freih.-v.-Stein-Haus, Raum 0-05, Bewegungsraum