



QI GONG DER MERIDIANE 8 LEKTIONEN KURS

MONTAGS VON 19:30 - 20:30 UHR

In diesem 8er Zyklus wenden wir uns dem Qi der verschiedenen Meridiane zu. Es ist eine bewegte Form des Qi Gong und nährt Muskeln, Sehnen und Bänder optimal um Blockaden, Verspannungen und Verletzungen vorzubeugen oder sie zu klären.

Qi ist verbindendes Element im harmonischen Ganzen von Körper, Geist, Seele und Herz.

Somit entfaltet sich Qi Gong nicht nur als Bewegung auf Körperebene, sondern auch als Herzensweg – ein Weg zu innerer Klarheit, Wirkkraft und Lebendigkeit.

Kurs	Start: 26.01.2026 von 19:30 - 20:30 Uhr danach Tea & Qi Letzter Kurstag: 30.03.2026 (in den Sportferien 2 Wochen Pause) Maximale Teilnehmerzahl: 10 Personen. Qi Gong Neulinge sind in diesem Kurs herzlich willkommen Mitbringen: bequeme Kleidung und eigene Wasserflasche.
Betrag	220 CHF (8er Zyklus); 35 CHF (Einzellektion). Bezahlung in bar oder Twint