

TAIJI-QIGONG

Bist Du bereit für eine kleine Abenteuerreise?

Schnupperstunde am 23.09.2020 - Kurs ab 30.09.2020

Ein Einstieg ist nach Absprache auch später möglich. Weitere Kurse am Abend.

ENTSPANNUNG , das Nervensystem wird beruhigt und Stress abgebaut

LOSLASSEN, Lösen von Verspannungen, Blockaden und Schmerzen

LEBENSENERGIE & IMMUNSYSTEM stärken, Sie werden leistungsfähiger

KONZENTRATIONSFÄHIGKEIT und Kreativität werden erhöht

BEWEGLICHKEIT & KRAFT werden verbessert, Faszien trainiert

GELASSENHEIT im Umgang mit Herausforderungen und Konflikten

BEWUSSTSEIN von schädigenden Haltungs-, Bewegungs- und Gedankenmustern

- Für **Frauen und Männer**
- Das **Alter** und die **Konstitution** spielen **keine Rolle**.
- **Wann: Mittwochs 09:00 - 10:30 Uhr** Start ist der **30.09**. Einstieg auch später mgl.
- **Wo: VGBS e.V., Danzstraße 7, 39104 Magdeburg**

Die Kurse sind **bei den Krankenkassen anerkannt** und werden je nach Kasse bis zu 80% oder 75 Euro bezuschusst. Es erwarten Sie **10 Einheiten á 90 Min**. Die Kursgebühr beträgt regulär 147 Euro. Für Mitglieder des VGBS e.V. und Angehörige kostet es **129 Euro**. **ANMELDUNG** und weitere Informationen über deinen Kursleiter oder mich.



Trainer

René Taurer

**Sportwissenschaftler, Trainer für Taijiquan und Qigong,
Integrales Coaching**

01797797836 | info@qinamics.de | www.qinamics.de | facebook: Qinamics

NETZWERK
Bundesvereinigung für Taijiquan und Qigong

Qinamics
bewusst · lebendig · sein