Qi Gong Shibashi (stehende Bewegungsabläufe)

Qi Gong Shibashi ist eine sehr beliebte Qi Gong Form im asiatischem Raum. Die **18 Bewegungseinheiten** harmonisieren das Qi im Körper, was sich wie folgt auswirkt:

. Innere Ruhe und Entspannung
. Erhöhte Konzentration
. Leichtigkeit und Harmonie
. Mehr Energie und Freude
. Entspannter und geschmeidiger Körper

Kursdaten- und -zeiten:
Jeweils montags, **5.9., 19.9., 3.10., 17.10., 24.10. von 14.30 bis 15.20 h**

Kosten:
CHF 27.— pro Lektion für 5 Lektionen, Total CHF 135.--,
Barzahlung oder mit Twint bis zum 5.9.22.

Ort:
Auf der Wiese vor dem Restaurant Belvoir (Montag geschlossen) im **Belvoirpark Zürich-Enge**. Der Kurs findet bei jedem Wetter statt. Bei Regen werden wir an einem geschützten Ort praktizieren.

Kleidung:
Bequeme, lockere und dem Wetter angepasste Kleidung.

Anmeldung:
079 677 44 20 oder info@blibgsund.com bis am 22.8.22
Ihre Anmeldung ist verbindlich. Bei einer Absage nach dem 22.8.22 wird der ganze Betrag fällig. Sie können jederzeit eine Ersatzperson stellen. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Ich freue mich auf Sie!

Herzliche Grüsse

Daniela Haller

Komplementärtherapeutin für Akupunktmassage und Wirbelsäulentherapie
Gesundheitspraxis, Seestrasse 90, 8002 Zürich, 079 677 44 20, www.blibgsund.com