



Original Bowen Technique & Qi Gong

Ihre Lebensenergie mit sanften Bewegungen stärken ...

Qi Gong Wochenkurs am Dienstag: *„Unsere Yin Energie stärken“*



Im Herbst beginnt sich die Natur langsam zurückzuziehen und sich vorzubereiten für die Wintermonate. Nun ist es Zeit, Nahrungsmitteln zu sammeln und zu ernten, die uns Mutter Erde jetzt reichlich schenkt. Diese geben uns die Kraft und Vitalität, die wir jetzt brauchen, um deine Milzenergie zu stärken. Die Milzenergie, die stärkste Yin-Energie erlaubt uns die Süße des Lebens zu genießen und deine eigene goldene Mitte zu finden.

An 13 Tagen wollen wir uns mit QiGong Übungen aus den 18 Harmonischen Figuren (Shibashi 1&2&3) für den Herbst und Winter vorbereiten und unsere Nierenenergie zu stärken.

Kursdetails:

Zeitraum: **12.09.2023 bis 12.12.2023 (außer 31.10.2023)**

Tag: jeden Dienstag

Uhrzeit: **Kurs 1: 10:30 - 11:30**
Kurs 2: 17:30 - 18:30

Ort: **zwei Möglichkeiten der Teilnahme:** Mindestteilnehmeranzahl: 4 Personen

1. Vor Ort im
Zentrum Sangha, Stuckgasse 15/1 (Ecke Burggasse), 1070 Wien
2. Per Zoom beitreten (ID-Nummer folgt)

Semesterpreis: **€ 208,- / Person (13x)**

Bankverbindung: Oberbank IBAN: AT66 1500 0044 0103 6266

Alle Kurse sind für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet
Bitte bequeme Kleidung, Schuhe mit flachen Absätzen oder Socken tragen

Info und Anmeldung: per e-mail elisabeth.paulik@aon.at oder
unter der Telefonnummer 0664 34 32 408
Ich freue mich auf Dein Kommen!

www.lebensenergie-staerken.at