



**-kostenlose Veranstaltung-**

**Ideal für Einsteiger**

# **Qigong Potpourri**

## **Was ist Qigong?**

mit Andreas Oldekamp

**am Freitag, 17.03.2023**

**von 18:00 – 20:00 Uhr**

**im Funkenberg 21A in 24568 Kaltenkirchen**



Qigong ist in aller Munde, aber was ist das? Worin besteht der Unterschied zwischen Qigong und Taiji?

Neben den praktischen Übungen werden in diesem Abendkurs die Geschichte und der Ursprung der chinesischen Gesundheitsübungen erläutert.

Qigong ist eine der chinesischen Tradition entstammende Heil- und Selbstheilermethode, bei der Atem, Bewegung und Vorstellungskraft methodisch eingesetzt werden, um Herz-, Kreislauf- und Nervenerkrankungen zu behandeln.

### **Weitere Informationen und Anmeldung:**

**Verein für Bewegung und Stille e. V.; Funkenberg 8; 24568 Kaltenkirchen**

**Tel.: 04191/8733817; E-Mail: [info@verein-bus.de](mailto:info@verein-bus.de); [www.verein-bus.de](http://www.verein-bus.de)**