QIGONG FÜR DEN RÜCKEN

WASSER-QIGONG UND TIGERKRAFT FÜR DEN RÜCKEN.

Aussen geschmeidig, innen gelassen und präsent – die fliessenden Bewegungsabläufe vom Wasser-Qigong, nähren und unterstützen das Element Wasser und die Kraft des Tigers. Im Fokus steht der Rücken: im Liegen, Sitzen und Stehen kräftigen, dehnen und entspannen die Teilnehmenden ihn und bewegen sich «rückenfreundlich». Vorkenntnisse braucht es keine, alle sind willkommen.

Kursleitung: Ursula Kämpfer, Qigong-, Taiji- und Shiatsu-Praktikerin.

Veranstaltungszeiten

09.11.2024, 13:00 Uhr bis 16:00 Uhr

Reservierungs-Kontakt

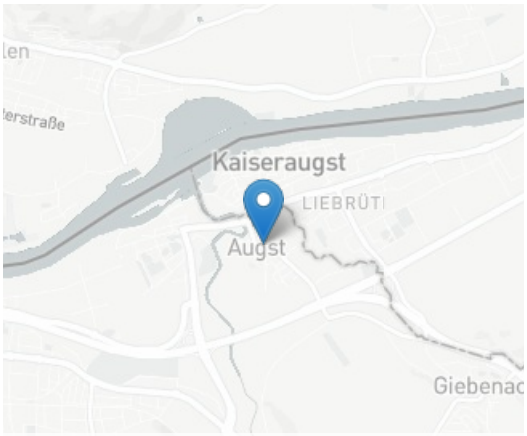
Aufgrund der begrenzten Platzzahl wird eine frühzeitige Reservation empfohlen:
mail@augusta-raurica.ch oder Tel. 061 552 22 22

Detail-URL

https://www.guidle.com/de/veranstaltungen/augst-bl/qigong-fuer-den-ruecken_AkDWsqk

Preise

CHF 85.00



Leaflet | © Mapbox © OpenStreetMap contributors
Improve this map

Augusta Raurica
Giebenacherstrasse 17
4302 Augst BL

Tel. +41 61 552 22 22
E-Mail mail@augustaraurica.ch

https://www.augustaraurica.ch/