

Qigong

Ein Einführungstag

An diesem Sonntag führt Sie Nikolai Bosselmann in die Grundlagen des Qigong ein. Sie werden lernen, Ihre Schultern und Ihr Kreuz zu entspannen und Ihren Atem zu vertiefen. Es werden einfache Basisübungen vermittelt, die Sie dazu befähigen, die gesamte Körpermuskulatur zu lockern. Darüber hinaus lernen Sie, Ihre Organe zu stärken und Ihren Körper innerhalb weniger Minuten zu aktivieren und auszugleichen.

Sonntag, den 29.01.2012,

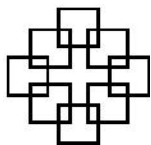
10:00 – 16:00 Uhr

24,00€

Ort: Evangelisches Familienzentrum Höchst,

Leverkuser Straße 7

Leitung: Nikolai Bosselmann



Anmeldung und Informationen:
Evangelisches Familienzentrum in Höchst
Leverkuser Str.7, 65929 Frankfurt
Tel. 069 7593672-80,
E-Mail: familienzentrum-hoechst@frankfurt-
evangelisch.de