

26H3QG01E QiGong - Aktiv

Beginn	Samstag, 21.11.2026, 10:00 - 12:15 Uhr
Kursgebühr	68,76 € Aktivkurse sind Kurse, in denen in kleinen Gruppen (in der Regel mit 5 Teilnehmern) gelernt wird
Dauer	4 Termine
Kursleitung	Ulf Mahnstein
Informationen	Zielgruppe: Für Teilnehmer mit Interesse an chinesischer Bewegungslehre und chinesischer Medizin. Bequeme Kleidung
Kursort	, Neu Zittauer Str. 1, 15537 Erkner

Möchten Sie Ihre Gesundheit verbessern? Wollen Sie zur Ruhe kommen? Oder möchten Sie Ihre Beweglichkeit und Koordination verbessern?
Dann lernen Sie QiGong kennen - die Selbstübemethode der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM).
Die Bewegungs-, Atem- und Meditationsübungen des QiGong führen zu einem tiefen Entspannungszustand, aktivieren die Selbstheilungskräfte haben vielfältige positive Auswirkungen auf Körper, Geist und Seele.

.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
21.11.2026	10:00 - 12:15 Uhr	Raum A 002
05.12.2026	10:00 - 12:15 Uhr	Raum A 002
09.01.2027	10:00 - 12:15 Uhr	Raum A 002
23.01.2027	10:00 - 12:15 Uhr	Raum A 002

[zur Kursdetail-Seite](#)