

26-7132 Qi Gong für alle

Entgelt	58,50 €
Dauer	10x
Kursleitung	Sigrid Schwaiger
Kursort	Grundschule Altenberg, Musikzimmer 4, Kirchenweg 47, 90522 Oberasbach

Die Kombination von bewussten Atem- und Bewegungsübungen können dazu beitragen, unseren Körper besser wahrzunehmen, innere Achtsamkeit zu schulen und körperlich und geistig ausgeglichener zu werden. Die Übungen werden im Sitzen oder Stehen ausgeführt.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
03.02.2026	18:00 - 19:15 Uhr	Grundschule Altenberg, Musikzimmer 4, EG, Kirchenweg 47
10.02.2026	18:00 - 19:15 Uhr	Grundschule Altenberg, Musikzimmer 4, EG, Kirchenweg 47
03.03.2026	18:00 - 19:15 Uhr	Grundschule Altenberg, Musikzimmer 4, EG, Kirchenweg 47
10.03.2026	18:00 - 19:15 Uhr	Grundschule Altenberg, Musikzimmer 4, EG, Kirchenweg 47
17.03.2026	18:00 - 19:15 Uhr	Grundschule Altenberg, Musikzimmer 4, EG, Kirchenweg 47
24.03.2026	18:00 - 19:15 Uhr	Grundschule Altenberg, Musikzimmer 4, EG, Kirchenweg 47
28.04.2026	18:00 - 19:15 Uhr	Grundschule Altenberg, Musikzimmer 4, EG, Kirchenweg 47
05.05.2026	18:00 - 19:15 Uhr	Grundschule Altenberg, Musikzimmer 4, EG, Kirchenweg 47
19.05.2026	18:00 - 19:15 Uhr	Grundschule Altenberg, Musikzimmer 4, EG, Kirchenweg 47
09.06.2026	18:00 - 19:15 Uhr	Grundschule Altenberg, Musikzimmer 4, EG, Kirchenweg 47

[zur Kursdetail-Seite](#)