26-7140 Qigong für Anfänger:innen

Entgelt	50,50 €
Dauer	10x
Kursleitung	Birgit Birchner
Bemerkungen	Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, flache Hallenschuhe oder rutschfeste Socken, Wasserflasche.
Kursort	St. Lorenz, Gemeindehaus, OG, Bachstraße 8, 90522 Oberasbach

Qigong ist eine sanfte, meditative Bewegungsform, die Körper, Geist und Seele in Einklang bringt. Es fördert die Flexibilität, stärkt die Muskulatur und verbessert die allgemeine Lebensqualität. Die Übungen sind leicht erlernbar und können bei Menschen in jedem Alter die Vitalität und Lebensfreude steigern. Es ist keine besondere körperliche Fitness erforderlich.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
22.09.2026	09:00 - 10:00 Uhr	St. Lorenz, Gemeindehaus, OG, Bachstraße 8
29.09.2026	09:00 - 10:00 Uhr	St. Lorenz, Gemeindehaus, OG, Bachstraße 8
06.10.2026	09:00 - 10:00 Uhr	St. Lorenz, Gemeindehaus, OG, Bachstraße 8
13.10.2026	09:00 - 10:00 Uhr	St. Lorenz, Gemeindehaus, OG, Bachstraße 8
20.10.2026	09:00 - 10:00 Uhr	St. Lorenz, Gemeindehaus, OG, Bachstraße 8
27.10.2026	09:00 - 10:00 Uhr	St. Lorenz, Gemeindehaus, OG, Bachstraße 8
10.11.2026	09:00 - 10:00 Uhr	St. Lorenz, Gemeindehaus, OG, Bachstraße 8
24.11.2026	09:00 - 10:00 Uhr	St. Lorenz, Gemeindehaus, OG, Bachstraße 8
01.12.2026	09:00 - 10:00 Uhr	St. Lorenz, Gemeindehaus, OG, Bachstraße 8
08.12.2026	09:00 - 10:00 Uhr	St. Lorenz, Gemeindehaus, OG, Bachstraße 8

zur Kursdetail-Seite