26-7142 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
13.10.2026	18:00 - 19:15 Uhr	Grundschule Altenberg, Musikzimmer 4, EG, Kirchenweg 47
20.10.2026	18:00 - 19:15 Uhr	Grundschule Altenberg, Musikzimmer 4, EG, Kirchenweg 47
27.10.2026	18:00 - 19:15 Uhr	Grundschule Altenberg, Musikzimmer 4, EG, Kirchenweg 47
10.11.2026	18:00 - 19:15 Uhr	Grundschule Altenberg, Musikzimmer 4, EG, Kirchenweg 47
17.11.2026	18:00 - 19:15 Uhr	Grundschule Altenberg, Musikzimmer 4, EG, Kirchenweg 47
24.11.2026	18:00 - 19:15 Uhr	Grundschule Altenberg, Musikzimmer 4, EG, Kirchenweg 47
01.12.2026	18:00 - 19:15 Uhr	Grundschule Altenberg, Musikzimmer 4, EG, Kirchenweg 47
08.12.2026	18:00 - 19:15 Uhr	Grundschule Altenberg, Musikzimmer 4, EG, Kirchenweg 47
15.12.2026	18:00 - 19:15 Uhr	Grundschule Altenberg, Musikzimmer 4, EG, Kirchenweg 47
22.12.2026	18:00 - 19:15 Uhr	Grundschule Altenberg, Musikzimmer 4, EG, Kirchenweg 47

zur Kursdetail-Seite