

Neue Kursangebote

Qi Gong / Ruhe und Bewegung

dienstags von 17:45 bis 19:15 Uhr
donnerstags von 11:30 bis 13:00 Uhr

Qi Gong Grundkurs 2

dienstags von 19:30 bis 21:00 Uhr

Qi Gong ist ein wertvolles Gut der chinesischen Kultur mit Jahrtausend alten Erfahrungen und einem umfassenden Wissen um die Kräfte des Lebens.

Qi Gong ist eine sehr wirkungsvolle, ganzheitliche Übungsweise (Körper-Atem-Geist) zur Stärkung der Lebenskraft und zur Anregung der Selbstheilungskräfte.

Qi Gong stärkt das Abwehr- und Nervensystem, hilft bei Haltungproblemen und Verspannungen.

Qi Gong wird im Zusammenspiel von Entspannung, Ruhe und Bewegung praktiziert. Der Kurs wird geleitet vom Qi Gong-Lehrer Lambert Janssen (www.qigong-lamjan.de) und wird von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst.

Wo finden die Kurse statt?

Die Kurse finden hier im Turn- und Freizeitsportzentrum des TSV GutsMuths in der Wullenweberstraße 15 statt.

Was kostet und wie lange geht ein Kurs?

Für Nichtmitglieder 80,00 EUR / 72,00 EUR für Mitglieder
Die Kursdauer beträgt 8 Wochen bis zum 27.09.2019

Weitere Informationen finden Sie auf der Homepage unter:
www.tsvgutsmuths-berlin.de

Wie kann ich mich zu den Kursen anmelden?

Anmeldungen nimmt die Geschäftsstelle gerne persönlich oder unter ☎ 393 2440 entgegen.