

SICH WOHLFÜHLEN MIT TAICHI QIGONG

Für Anfänger*innen
und Fortgeschrittene

Osnabrück
17. Mai 2025



Katholische
Erwachsenen**bildung**

Sich wohlfühlen mit Taichi Qigong

Für Anfänger*innen
und Fortgeschrittene

Mit den harmonischen Bewegungen des 18er Taichi Qigong – Shibashi – in die Welt des Qigong und Tai-chi einsteigen.

Dieser Workshop bietet einfache und komplexe Bewegungssequenzen zum Lockern und Mobilisieren, die helfen, sanft im Körper anzukommen und zu entspannen. Eine Entspannungseinheit zum Abschluss hilft die vitale Energie des Qi für Nerven- und Immunsystem zu bewahren.

Ref. Dipl.-Des Marion Schulte,
zertifizierte Yoga-, Taichi- & Qigong-
Lehrerin

Termin Sa. 17.05.2025, 09:00 – 13:00 Uhr

Ort Gemeindehaus St. Matthias
Untere Waldstr. 7, 49090 Osnabrück

Kosten 45 €

Kontakt

Kath. Erwachsenenbildung Osnabrück
Große Rosenstr. 18, 49074 Osnabrück

Maja Tabeling
Tel. 0541 35868-77
Mail: info@keb-os.de
Anmeldeschluss: Mo. 05.05.2025

Anmeldung über KEB Osnabrück
Kurs-Nr. ZOG5002 unter www.keb-os.de



SCAN ME