

Ferienland Ostsee - Geltinger Bucht e.V.

Heinrich Nissen

Nordstraße, 24395 Gelting

<https://www.ferienlandostsee.de>

info@ferienlandostsee.de



Qigong am Strand



Datum:

Montag 17.07.2017, 08:00 Uhr - 09:00 Uhr

Adresse:

Am Strand, Ohrfeldhaff, 24402 Esgrus

Telefon:

04636/9777474

Link:

<http://www.gobodymind.de>

Beschreibung:

Ich beziehe mich überwiegend auf das bewegte QIGONG und verbinde dabei westliche Bewegungskenntnisse mit östlichen Philosophien.

Die bildhafte Sprache der einzelnen Bewegungen lädt ein, die eigene Phantasie und räumliche Vorstellung anzuregen, sowie Ausdruck und Plastizität in der Bewegung zu finden.

Einzelne Übungen werden mit Atmung kombiniert, durch Klopfmassagen und Reibung regen wir den Energiefluß der Meridiane an.

Mir ist wichtig, daß sich auf entspannte Art eine meditative,

energetische Bewegungserfahrung und Körperwahrnehmung entwickelt, die Gesundheitspflege auf allen Ebenen des menschlichen Seins bedeutet.

Preis:

Die Teilnahme kostet 5 € ohne Anmeldung

Bei Sturm oder Regen entfällt das Angebot

Veranstalter:

Bettina Münster
Friedrichstal 8
24972 Steinbergkirche

Karte:

<https://www.google.com/maps/search/?api=1&query=54.755742,9.838448999999969>