

**Ferienland Ostsee - Geltinger Bucht e.V.**

**Heinrich Nissen**

Nordstraße, 24395 Gelting

<https://www.ferienlandostsee.de>

[info@ferienlandostsee.de](mailto:info@ferienlandostsee.de)



## **am Strand**



**Datum:**

Freitag 28.07.2017, 08:00 Uhr - 09:00 Uhr

**Adresse:**

Ohrfeldhaff Gem. Esgrus, 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>