

WOHLFÜHL-WORKSHOP QI GONG & KLANG



Sonntag, 26.03.2023
14.00 Uhr - 18.00 Uhr

Genießen Sie einen entspannenden, klangvollen Nachmittag.

Tauchen Sie ein in die Welt des Klangs, erleben Sie mit allen Sinnen den Zauber von Klangschaalen, Oceandrum, Zimbeln, Koshi's & Gong.

Leichte Qi Gong Übungen & Chan Mi Gong ergänzen und harmonisieren den Fluss unserer Lebensenergie "Qi".

Der Preis beträgt pro Person 45,- €.

(inkl. Getränke und Snacks für die kleinen Pausen)

Ort: AURUM Seminarräume, Dorfstr.8, 86459 Gessertshausen

Bitte mitbringen: Wollsocken, Isomatte, Decke, Trinkgefäße

- Vorkenntnisse sind nicht erforderlich -

Kursleitungen:

Irene von Guilleaume, Qigong Lehrerin, Angelika Karsten, Klangschaalen

Handy: +49 174 80 66 847 oder Email: info@irene-von-guilleaume.de

.....weitere Informationen unter: www.irene-von-guilleaume.de

WOHLFÜHL-WORKSHOP

QI GONG & KLANG



Sonntag 26. März 2023
14.00 Uhr - 18.00 Uhr

Programmablauf

- 14.00 — 14.30 Uhr Vorstellungsrunde mit Klang
- 14.30 — 15.15 Uhr Qi Gong: Klopfübungen, Dehnübungen, kurze Massage
- 15.15 — 15.45 Uhr Entspannung mit Klangschalen
- 15.45 — 15.55 Uhr kurze Pause
- 15.55 — 16:35 Uhr Qi Gong „Die Alchemie des Herzens“
- 16.35 — 16.45 Uhr kurze Pause
- 16.45 — 17.45 Uhr Klangschalen
- 17.45 — 18.00 Uhr Abschlussübung, Ausklang

+Hinweis: Programmänderungen vorbehalten * Vorkenntnisse sind nicht erforderlich

Kursleitungen:

Irene von Guillaume, Qi Gong Lehrerin und Chan Mi Gong Kursleiterin
Angelika Karsten, Klangtherapeutin