WOHLFÜHL-WORKSHOP

QI GONG & KLANG

Samstag, 10.10.2026
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 Klangschalen, 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: Bürgerhaus Margertshausen, Heilig Kreuz Str. 10,
86459 Gessertshausen-OT Margertshausen
Bitte mitbringen: Wollsocken, Isomatte, Decke, Kissen**
- Vorkenntnisse sind nicht erforderlich -

Kursleitungen:
Irene von Guilleaume, Qigong Lehrerin, Angelika Karsten, Klangschalen
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

Samstag 10. Oktober 2026
14.00 Uhr - 18.00 Uhr

Programmablauf

14.00 — 14.30 Uhr	**Vorstellungsrunde mit Klang**
14.30 — 15.00 Uhr	**Qi Gong: Klopfübungen, Dehnübungen, kurze Massage**
15.00 — 16.00 Uhr	**Partnerübungen - Klangmassage– angeleitete Klangreise**
16.00 — 16.15 Uhr	**kurze Pause**
16.15 — 17:00 Uhr	**Qi Gong „Übungen aus Shibashi –108 Gesundheitsformen“**
17:00 — 17:45 Uhr	**Klanggenuss**
17.45 — 18.00 Uhr	**Abschlussübung, Ausklang**

+Hinweis: Programmänderungen vorbehalten * Vorkenntnisse sind nicht erforderlich

Kursleitungen:
Irene von Guilleaume, Qi Gong Lehrerin und Chan Mi Gong Kursleiterin
Angelika Karsten, Klangtherapeutin