



QI GONG *im* **Bürgerpark Diedorf**

Wann: 3x donnerstags:

18.08. /25.08. /01.09.22

Uhrzeit: 18.30 Uhr - 19.30 Uhr

Wo: Bürgerpark Diedorf am Spielplatz*

Qi Gong ist Teil der traditionell chinesischen Medizin und dient der Gesundheit und Lebenspflege, wirkt entspannend. Die Übungen sind leicht zu erlernen und fördern den Qi-Fluss.

Wer Zeit und Lust hat zum Mitmachen kommt bei schönem Wetter in den Bürgerpark Diedorf zum Spielplatz. Bei Regen findet die Veranstaltung in den AURUM Seminarräumen in 86459 Gessertshausen, Dorfstr. 8 (beim Bahnhof) statt. Die Teilnahme ist kostenfrei über eine freiwillige Spende zu Gunsten der Igelhilfe Schwaben e.V. in Neusäß wird gebeten.

Kursleitung:

Irene von Guillaume, Qigong Lehrerin & Chan Mi Gong Kursleiterin

Weitere Informationen unter:

www.irene-von-guillaume.de – Handy: 0174 80 66 847

*Eine Sitzmöglichkeit ist nicht vorhanden, evtl. Isomatte mitbringen. Bequeme Kleidung;