

FIT & ENTSPANNT

mit Qi Gong über die Weihnachtsferien



**Frei nach dem Motto „wer rastet der rostet“
gibt es während den Weihnachtsferien die Möglichkeit über
ZOOM weiterhin Qi Gong oder Chan Mi Gong zu praktizieren.**

Dazu möchte ich Euch gerne 2 Angebote offerieren:

1.Angebot:

14.12.21	von 19:00 - 20:15 Uhr	18 Gesundheitsübungen*
21.12.21	von 19:00 - 20:15 Uhr	18 Gesundheitsübungen*
28.12.21	von 19:00 - 20:15 Uhr	18 Gesundheitsübungen*
04.01.22	von 19:00 - 20:15 Uhr	18 Gesundheitsübungen*

Kursgebühr, gesamt: 25,- €* (inkl. 15 min Entspannungsreise)

2.Angebot:

15.12.21	von 19:00 - 20:15 Uhr	Chan Mi Gong*
22.12.21	von 19:00 - 20:15 Uhr	Chan Mi Gong*
29.12.21	von 19:00 - 20:15 Uhr	Chan Mi Gong*
05.01.22	von 19:00 - 20:15 Uhr	Chan Mi Gong*

Kursgebühr, gesamt: 25,- €* (inkl. 15 min Entspannungsreise)

oder Kombiangebot für beide Kurse: 45,- €

Zugangsdaten für Onlinekurs auf Zoom folgen bei Anmeldung.

**Ich freue mich auf Euch und sende herzliche winterliche Grüße
Irene von Guilleaume**