

氣功

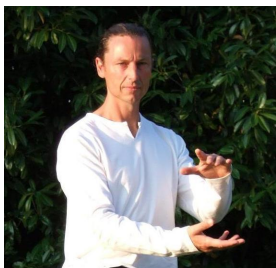
QI GONG

Wochenendseminar

18. & 19. Dezember 2010

Saarbrücken

Mit **Bruno BLAS** aus Frankreich
Qi Gong, Karate-Do und Reiki Lehrer.



Mit Begeisterung übt er Kampfkünste und energetische Disziplinen aus. Seine Unterrichtsmethode ist das Ergebnis einer 30jährigen Praxis.

QI GONG

Qi Gong ist eine Kunst, die Jeder erlernen kann, völlig unabhängig von Herkunft, Wissen und Alter. Regelmässiges Qi Gong Üben stärkt unser Qi (Lebensenergie), schafft allgemeines Wohlbefinden und fördert die Gesundheit.

Dieses Seminar beinhaltet 3 Übungsrichtungen :

- * Bewegungen, Atmung u. Selbstmassagen, um die Energie im ganzen Körper zu aktivieren
- * Verbesserung der Beweglichkeit der Wirbelsäule, um Blockaden zu lösen
- * Atmung und Visualisierung als Vorbereitung zur Meditation « mikrokosmische Zirkulation. »



Preis : 150 €/pers.

Ort : Scheidter Str. 58, 66125 Saarbrücken

Zeitplan :

Samstag : 9.30 Uhr - 18.00 Uhr

Sonntag : 9.30 Uhr - 17.00 Uhr

Sonstige Infos :

* Essen: bitte bringe 1 leckeren Beitrag für ein Überraschungsbuffet mit !

eine warme Mahlzeit/Tag wird gegen Unkostenbeteiligung für uns zubereitet.

* Übernachtungsmöglichkeit auf Anfrage im Haus

* Wenn möglich, ein Meditationskissen mitbringen

Anmeldung : Beatrix Rath

Tel: 06897/72164

beatrix-wolfgang@gmx.de

nach Zusendung eines Verrechnungsschecks ausgestellt auf Bruno Blas in Höhe von 50.-€ an obige Adresse ist Dein Kursplatz reserviert