

# Die Lebensenergie pflegen auf Corfu

∞

## Tai Ji - Qi Gong – Workshop



Sonntag 14. Juli 2019:  
offene Stunde für alle  
Dienstag bis Donnerstag  
16. - 18. Juli  
je ca. 2 Stunden:  
vertiefender Workshop  
im Dom  
Kosten: 90 €



Die langsamen, achtsamen Bewegungen lassen dich innehalten, neuen Atem schöpfen und Weite finden. Übungen in Stille ermöglichen dir, ganz loszulassen und zur Ruhe zu kommen.

Die Naturelemente Holz-Feuer-Erde-Gold-Wasser und deren Wandlungen werden uns leiten, dich nähren und inspirieren.

Du wirst deine Erdung und Aufrichtung, deine Mitte und Verbindung mit dem grossen Ganzen und den Fluss der Lebensenergie stärken.

Die Entspannung von Körper und Geist wird möglich. Dein ganzer Stoffwechsel und dein Wohlbefinden werden positiv unterstützt.

Einfache und vielfältig inspirierende Übungen aus dem Taiji-Qigong helfen dir dabei.

Der Workshop ist für Erfahrene und Neu-Beginnende geeignet.

Ich freue mich auf euch in der gemeinsamen Runde im Mythos-Corfu!

Anmeldung vor Ort oder direkt bei Astrid.  
Unterkunft / Verpflegung buchen bei [inside-travel.com](http://inside-travel.com)

Astrid Brütsch Curti  
dipl. Qi Gong-Lehrerin SGQT,  
Tai Ji-Lehrerin,  
Lehrerin im Gesundheitswesen,  
Fussreflexzonen-Therapeutin

[www.astridbruetsch.ch](http://www.astridbruetsch.ch)  
[mail@astridbruetsch.ch](mailto:mail@astridbruetsch.ch)