

# Frühlings-Qigong in der Natur

am Samstag 18. Mai 2019 09.45 – 13:00



**An kraftvollen Übungsplätzen im saftigen Eschenbergwald fällt es leicht, die Elemente und die ganze Natur intensiv zu erfahren; sich zu entspannen, den Geist zu beruhigen, sich zu verbinden und aufzutanken. Sanfte bewegte und stille Qigong-Übungen lassen einem den Ausgleich finden.**

Treffpunkt: Restaurant Breite, 10 Min. vom Bahnhof Winterthur mit Bus 4  
Durchführung bei vorwiegend trockener Witterung, CHF 75.00  
Interessierte mit und ohne Qigong-Erfahrung sind herzlich willkommen.

## **Fragen und Anmeldung:**

**Astrid Brütsch dipl. Qi Gong-Lehrerin SGQT**

**078 832 46 87 mail@astridbruetsch.ch www.astridbruetsch.ch**