

Frühlings-Qigong in der Natur

am Samstag 27. Juni 2020 09.45 – 13:00



An kraftvollen Übungsplätzen im saftigen Wald fällt es leicht, die Elemente und die ganze Natur intensiv zu erfahren; sich zu entspannen, den Geist zu beruhigen, sich zu öffnen und in der Energie vom beginnenden Sommer aufzutanken und sein Herz zu nähren. Waldbaden vom Feinsten!

Sanfte bewegte und stille Qigong-Übungen lassen einem den Ausgleich und frische Kraft 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