

TAIJI QI GONG TANZ THERAPIE

stärke deine Mitte
finde deine Balance
pflege deine Energie



Angebot 1. Halbjahr 2021

Wöchentliche Taiji-Qigong-Kurse in Winterthur:

Donnerstags	11:30 – 12:30	Qigong: Angebot Anhaltspunkt Neuhegi Start am 25. März, 8x
Donnerstags	16:30 – 17:30	Qigong: 12 Organübungen und mehr
Donnerstags	18:00 – 19:00	Qigong: Zen Finger Qigong und mehr
Donnerstags	19:15 – 20:15	Taiji: Wandlungen und Kreise
Freitags	10:30 – 11:30	Taiji und Qigong im Freien

**Die Kurse finden angepasst an die pandemiebedingten Vorschriften des BAG's statt.
Neue Teilnehmende sind willkommen, Probelektionen sind meistens möglich.**

Persönlich angepasste Unterstützung nach Vereinbarung

Reflexzonen-Therapie über Füsse und/oder Körper
Qigong-Übung individuell an das Bedürfnis/die Gesundheit angepasst

Qigong-Workshops in Winterthur am Samstag – *sich Gutes tun in der Natur*

20. März	09:45 – 13:00	Frühlings - Qigong im Wald
17. April	09:45 – 13:00	Frühlings - Qigong im Wald

Taiji-Qigong-Ferien auf Corfu Griechenland

12. – 19. Juni *still wie der Olivenhain – kraftvoll wie das Meer*
Taiji und Qigong Seminar in der Natur Corfu's mit Donat Curti und Astrid Brütsch

17. – 24. Juli *die Lebensenergie pflegen z.B. im Olivenhain*
Taiji und Qigong Workshop inspiriert durch die fünf Wandlungen / Naturelemente

Astrid Brütsch Curti

Dipl. Qigong-Lehrerin SGQT, Taiji-Lehrerin, Lehrerin im Gesundheitswesen,
Pflegefachfrau, Reflexzonen-Therapeutin (von Krankenkassen anerkannt)

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

Gerne beantworte ich Fragen und nehme Anmeldungen entgegen.