

die Lebensenergie pflegen



Taiji – Qigong – Workshop 12. – 19. Juli 2025

Die langsamen, bewussten Bewegungen lassen dich innehalten, neuen Atem schöpfen und Weite finden. Übungen in Stille ermöglichen dir, ganz loszulassen und zur Ruhe zu kommen. Du wirst deine Erdung und Aufrichtung, deine Mitte und Verbundenheit und den Fluss der Lebensenergie stärken.

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

Neu-beginnende und erfahrene Taiji-Qigong-Übende sind herzlich willkommen.

im **Mythos-Corfu** – Dienstag bis Donnerstag – 3x ca. 2 Stunden = 90 €

mit Astrid Brütsch Curti

dipl. Qigong-Lehrerin SGQT, Taiji-Lehrerin,

Lehrerin im Gesundheitswesen, Komplementär-Therapeutin in Reflexzonen-Therapie

Infos und Anmeldung: www.astridbruetsch.ch mail@astridbruetsch.ch +41 78 832 46 87