

TAIJI QI GONG TANZ THERAPIE

stärke deine Mitte
finde deine Balance
pflege deine Energie



Angebot 1. Halbjahr 2025

Wöchentliche Taiji-Qigong-Kurse in Winterthur:

Mittwochs	17:30 – 18:30	Qigong beginnen: in einer Kleingruppe üben Start am 15. Januar, 5x
Donnerstags	12:15 – 13:15	Qigong: Angebot Anhaltspunkt Neuhegi Start am 09. Januar und 20. März, je 8x
Donnerstags	18:00 – 19:00	Qigong: eine Übungsform lernen und vertiefen
Donnerstags	19:15 – 20:15	Taiji: Wandlungen und Kreise
Freitags	10:30 – 11:30	Taiji und Qigong im Freien

Neue Teilnehmende sind willkommen, Probelektionen sind meistens möglich.

Persönlich angepasste Unterstützung nach Vereinbarung

Reflexzonen-Therapie über Füsse und/oder Ohren, Körper
Qigong-Übung entsprechend dem eigenen Bedürfnis/der individuellen Gesundheit

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

25. Januar	10:00 – 13:00	Qigong – die sechs heilenden Laute
12. April	10:00 – 13:00	Qigong – das Spiel der fünf Tiere
24. Mai	09:45 – 13:00	Qigong im Frühlings - Wald

Taiji-Qigong-Ferien auf Corfu Griechenland

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

12. – 19. Juli *die Lebensenergie pflegen*
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.