

QiGong - Harmonie von Körper und Geist - Ruhe und Entspannung

im Prana Saal in den Hofbäder - hinter Restaurant Röschenzerhof - Oberdorfstrasse 16 - 4244 Röschenz

| Monat | Datum | Tag | Power | Relax | Meditation | Monat | Datum | Tag | Power | Relax | |
|-----------|-------|------------|------------------------------|---------------|---------------|-----------|-------|---------|------------------------------|---------------|--|
| Juli | 2 | Donnerstag | 17:00 - 18:00 | 18:30 - 19:30 | 19:45 - 20:45 | Juli | 3 | Freitag | 07:30 - 08:30 | 09:00 - 10:00 | |
| | 9 | Donnerstag | 17:00 - 18:00 | 18:30 - 19:30 | 19:45 - 20:45 | | 10 | Freitag | 07:30 - 08:30 | 09:00 - 10:00 | |
| | 16 | Donnerstag | 17:00 - 18:00 | 18:30 - 19:30 | 19:45 - 20:45 | | 17 | Freitag | 07:30 - 08:30 | 09:00 - 10:00 | |
| | 23 | Donnerstag | Ferien | | | | 24 | Freitag | Ferien | | |
| | 30 | Donnerstag | | | | | 31 | Freitag | | | |
| August | 6 | Donnerstag | 17:00 - 18:00 | 18:30 - 19:30 | 19:45 - 20:45 | August | 7 | Freitag | 07:30 - 08:30 | 09:00 - 10:00 | |
| | 13 | Donnerstag | 17:00 - 18:00 | 18:30 - 19:30 | 19:45 - 20:45 | | 14 | Freitag | 07:30 - 08:30 | 09:00 - 10:00 | |
| | 20 | Donnerstag | Weiterbildung (Augen QiGong) | | | | 21 | Freitag | Weiterbildung (Augen QiGong) | | |
| | 27 | Donnerstag | 17:00 - 18:00 | 18:30 - 19:30 | 19:45 - 20:45 | | 28 | Freitag | 07:30 - 08:30 | 09:00 - 10:00 | |
| September | 3 | Donnerstag | 17:00 - 18:00 | 18:30 - 19:30 | 19:45 - 20:45 | September | 4 | Freitag | 07:30 - 08:30 | 09:00 - 10:00 | |
| | 10 | Donnerstag | 17:00 - 18:00 | 18:30 - 19:30 | 19:45 - 20:45 | | 11 | Freitag | 07:30 - 08:30 | 09:00 - 10:00 | |
| | 17 | Donnerstag | 17:00 - 18:00 | 18:30 - 19:30 | 19:45 - 20:45 | | 18 | Freitag | 07:30 - 08:30 | 09:00 - 10:00 | |
| | 24 | Donnerstag | 17:00 - 18:00 | 18:30 - 19:30 | 19:45 - 20:45 | | 25 | Freitag | 07:30 - 08:30 | 09:00 - 10:00 | |

Programm

Power: bewegtes QiGong - intensiv

Relax: bewegtes + stilles QiGong

Meditation: stilles QiGong - sitzend + liegend

Elemente aus dem medizinischen -, taoistischen -,
buddhistischen -, Kampfkunst + modernen QiGong

Preise

| | | | | | |
|----------------|-----------|---|-----------|-----------|----------------------|
| 6-Monate-Abo | CHF 200.- | 11 Lektionen | à 60 Min. | 6 Monate | gültig ab 1. Lektion |
| 12-Monate-Abo: | CHF 250.- | 10 Lektionen | à 60 Min. | 12 Monate | gültig ab 1. Lektion |
| Probelektion: | CHF 10.- | nach Vereinbarung per E-Mail oder Telefon | | | |

Einstieg in die unterschiedlichen Kurse ist jederzeit möglich - nach telefonischer Absprache!



Kontakt

Bea Schmidlin

Dipl. QiGong Kursleiterin

Phone: 079 703 83 24

E-Mail: mail@chigung.li

Website: www.chigung.li

Schweizerische Gesellschaft für QiGong und Taijiquan

EMfit-Qualitätslabel Nr. 203165