

reha bad hamm



Wir bewegen Sie.



Qigong

Kurse ab Oktober 2018

Harmonie, Kraft
und Lebensfreude

**Informationen
und Termine**

Standort:
Werler Straße 110

**Neue Kurse ab
Oktober 2018**

Qigong

Informationen und Termine

Mit Qigong-Übungen können körperliche, seelische und geistige Funktionen reguliert und gestärkt werden. Der Anwendungsbereich von Qigong ist breit: Er umfasst Gesunderhaltung, Prävention, Therapie chronischer Erkrankungen, Linderung von Beschwerden, Rehabilitation, Schulung der Wahrnehmungs- und Konzentrationsfähigkeit.

Qigong-Übungen umfassen Körperhaltungen und Bewegungen, Atemübungen und die geistigen Übungen der Konzentration und Imagination

QIGONG 1

Dienstag, 09.10.2018, 11.00-12.00 Uhr
(Anfänger & Teilnehmer mit Vorkenntnissen)

QIGONG 2

Mittwoch, 10.10.2018, 17.00-18.00 Uhr
(Teilnehmer mit Vorkenntnissen)

Standort: Werler Straße 110

Kursteilnehmer/innen: 6-15

Umfang: 10 Einheiten

Dauer: 60 Minuten je Einheit

Kosten: 105,-

Standort:

Werler Straße 110 • 59063 Hamm • Tel. 023 81/973 91-0
info@reha-bad-hamm.de • www.reha-bad-hamm.de