

QI GONG TAG AM SEE

29. AUGUST 2020



ENTSPANNUNG FÜR KÖRPER UND GEIST

Gönnen Sie sich eine kleine Auszeit und lassen Sie den Sommer ausklingen an einem wunderschönen Platz am Bodensee.

An diesem Tag lernen Sie die Qi Gong Harmonie der 18 Figuren zur Erhaltung der Gesundheit und Vorbeugung von Krankheiten kennen. Durch die fließenden Bewegungen entspannt sich unser Körper und der vielbeschäftigte Geist kann zur Ruhe finden.

Der Kurs findet in einer Kleingruppe von höchstens 10 Personen statt.

Wann:

Samstag 29. August 2020, 10 – circa 17 Uhr

Wo:

Seminarhaus am Bodensee, Mövenweg 99
8597 Landschlacht



Mitbringen:

- eine Decke,
- bequeme und lockere Bekleidung,
- Anti-Rutsch-Socken oder „Grätschüeli“,
- flache Schuhe, da wir bei gutem Wetter draussen üben werden
- Sonnenbrille und Sonnenhut,
- Badehose und Badetuch, wenn das Wetter schön ist.
- Lunch für das Mittagessen

Snacks und Getränke in den Pausen sind im Preis inbegriffen.

Investition:

180 SFR. in bar mitbringen oder
Einzahlung im Voraus an:

Hochreutener-Schai Karin

9565 Rothenhausen

Postkonto 89-186919-6

CH20 0900 0000 8918 6919 6

Vermerk: Tageskurs 29. August 2020

Kursleitung, Infos und Anmeldung:

Karin Hochreutener,
Qi Gong Lehrerin SGQT
Shiatsutherapeutin SGS

Dorfstrasse 16

9565 Rothenhausen

071 622 30 72

078 893 45 80

karin.hochreutener@bluemail.ch

Angebote:

Shiatsu, Qi Gong und Aufstellungsseminare
www.shiatsu-weinfeld.ch



Herzlich willkommen! Ich freue mich auf Sie
und den gemeinsamen Übungstag am See!