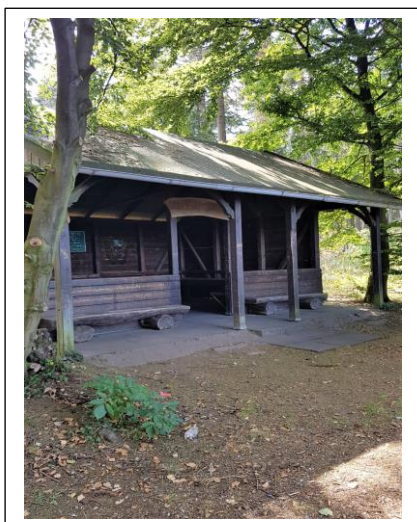




Bettina Möller
Qi Gong Ruhe in Bewegung

Qi Gong „Spaziergang“ in 49536 Lienen am Donnerstag den 26. September 2019



... an der
„Alex-Hütte“

- Themen:** Qi Gong Übungen im Freien*
Qi Gong - Gehen, Kranich - Gehen*
„Baumübungen“ nach Meister Li*
- Uhrzeit:** 18.30 Uhr
- Treffpunkt:** Wanderparkplatz Kalkwerk/ Holperdorp Lienen (Hermannsweg)
- Dauer:** ca. 2,5 – 3 Stunden
- Anmeldung:** Unbedingt erforderlich – max. Teilnehmerzahl: 15 Personen
- Kosten:** 12,00 € inkl. 19 % MwSt.

* es sind keine Vorkenntnisse erforderlich

Wir treffen uns auf dem **Wanderparkplatz am Kalkwerk** und gehen gemütlich zur „**Alex-Hütte**“. Zwischendurch werden wir nach Lust und Laune einige Übungen praktizieren - an der Hütte angekommen - stärken wir uns bei einem kleinen Snack* und **genießen die Aussicht** während unserer **Qi Gong - Übungen**.

(Getränke bitte mitbringen, *Snacks werden gestellt).

Bei Regen fällt der Spaziergang aus.

Wenn Fragen zu beantworten sind, bitte einfach anrufen: 05401 – 98618.