



Qigong

Qigong entstammt der traditionellen chinesischen Medizin und ist eine **harmonische** Verbindung von Aufmerksamkeit, Atmung und Bewegung.

Die Übungen sind
sanft, geschmeidig, langsam
und für Jedermann leicht zu erlernen.

Qigong fördert **seelisches und körperliches Wohlbefinden** und wird daher auch gerne in der medizinischen Therapie und Rehabilitation angewandt.

Wir starten eine Sequenz zum Kennenlernen:

6 Termine ab dem 07.11.2017

Dienstag, 10.00-11.00 Uhr

Sportpark Scharpenmoor, Sportraum

Einmalige Gebühr von 40,-- €
20,-- € für Vereinsmitglieder

Anmeldungen wegen begrenzter Teilnehmerzahl erwünscht.
Bequeme Sportkleidung bitte mitbringen.

1.SC Norderstedt e.V.

Scharpenmoor 55, 22848 Norderstedt

Tel.: 040 / 528 766 94

Email: info@1scn.de



Internet: www.1scn.de