
3FLOW TCM® "QiGong & TaiChi"

Erleben sie an 4 Vormittagen (dienstags) wie sie mit einfachen Übungen aus QiGong und TaiChi ihre Organe (u.a. Herz, Lunge, Magen, Milz, Niere) und ihre Wirbelsäule stärken.

Termine: 5., 12. und 19. Oktober sowie 9. November 2021 (dienstags), jeweils von 11.10 bis 12 Uhr

Der Kurs findet im Außenbereich von Schloss Krastowitz statt. Bitte an entsprechende Kleidung denken!

Verfügbare Termine

Information

Kursdauer:	4 Einheiten
Kursbeitrag:	€ 70,00 (Teilnehmerbeitrag)
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung
Mitzubringen:	Outdoor-Bekleidung, Fitnessmatte und Trinkflasche
