

Event ohne Übernachtung

## Qigong - Training der Erholungsfähigkeit

Für bessere und nachhaltige Regeneration



### Programm-Idee

Bei diesem Programm lernen die Teilnehmenden was Regeneration ist und wie besser und schneller regeneriert werden kann. Die Erholungsfähigkeit wird auf der Basis von Qigong Übungen und den Regenerationswissenschaften eingeübt. Qigong auch Meditation in Bewegung genannt sorgt für einen schnellen Stressabbau.

Paket-Nummer: 0520940

Region:	📍	60438 Frankfurt am Main
Verfügbarkeit:	📅	ganzjährig
Teilnehmer:	👤	6 - 12 Teilnehmer
Dauer:	🕒	6 Stunden
Mögliche Sprachen:	🌐	Deutsch, Französisch
Preis inkl. MwSt:	💰	ab 1.500,00 € pauschal

### Beschreibung

Entspannung wird erlebbar.

Die gesunden, weichen und runden Bewegungen sind sehr gut als Ausgleich für die alltäglichen Belastungen im Beruf geeignet.

Das Programm wird in unterhaltsamer Form vermittelt und am Ende des Tages können die Teilnehmenden die Übungen durchführen

## Event ohne Übernachtung

# Qigong - Training der Erholungsfähigkeit

Für bessere und nachhaltige Regeneration

### Wichtige Hinweise

ZPP anerkanntes Programm  
6 Stunden Programm für einen guten Ausgleich von Belastungen  
Gesunde Haltung wird geübt  
Schneller Abschalten können und regenerieren  
Meditation in Bewegung

### Leistungen inkl.

- Tagestraining Regeneration mit Qigong  
6 Stunden Programm inklusive Filme zur Sicherung der Nachhaltigkeit.

Wie Sie in 3 Schritten ein individuelles Angebot für diese Programm-Idee kostenfrei anfordern und offene Fragen klären können

[www.hirschfeld.de](http://www.hirschfeld.de) - Paket-Nr. 0520940



The image shows three numbered steps for requesting a quote on the website:

- 1**: A screenshot of the website's homepage with a red arrow pointing to the address bar. Below the screenshot, it says: "Gehen Sie zu [www.hirschfeld.de](http://www.hirschfeld.de)".
- 2**: A screenshot of the website's search bar with a red arrow pointing to the search input field. Below the screenshot, it says: "Geben Sie im Suchschlitz oben rechts die Paket-Nr. ein.".
- 3**: A screenshot of a contact form with a red arrow pointing to the "Termin und Preis unverbindlich anfragen" button. Below the screenshot, it says: "Folgen Sie dem Schalter „Termin und Preis unverbindlich anfragen“".