

Event ohne Übernachtung

10 Std. Kurs: Gesundheit stärken mit Qi Gong

Gesundheitsprävention Burnoutprävention



Programm-Idee

Qi Gong kann in jedem Alter und in fast jedem Gesundheitszustand geübt werden. Es sind einfache, entspannende und teilweise meditative Übungen. Sie bringen Körper, Geist und Seele in Einklang und können so zu einer tiefen Entspannung führen. Qi Gong beugt vielen Krankheiten vor und erhält auch die Knochen, Muskeln und Sehnen gesund.

Paket-Nummer: 0521145

Region:	📍	Gesamt-Deutschland
Verfügbarkeit:	📅	ganzjährig
Teilnehmer:	👤	6 - 13 Teilnehmer
Dauer:	🕒	1 Stunde
Mögliche Sprachen:	🌐	Deutsch
Preis inkl. MwSt:	💰	ab 3.200,00 € pauschal

Beschreibung

Dieser Kurs besteht aus 10 x 1 Stunden im wöchentlichen Turnus. Gemeinsam in der Gruppe üben wir eine wohltuende Qi Gong Übungsreihe. Es sind Qi Gong Übungen zur Stärkung der inneren Kraftquelle. Wir füllen unsere Energie wieder auf. Die Übungen werden achtsam im stehen ausgeführt - können allerdings auch im sitzen geübt werden. Der Kurs beinhaltet weiterhin auch Meditationen, Atemübungen, Selbstmassagen.

Event ohne Übernachtung

10 Std. Kurs: Gesundheit stärken mit Qi Gong

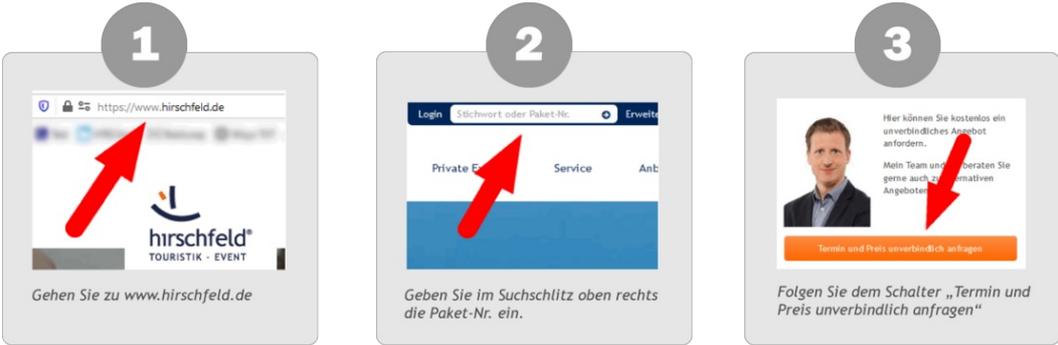
Gesundheitsprävention Burnoutprävention

Leistungen inkl.

- Dieser Kurs besteht aus 10x1 Std. im wöchentlichen Turnus.
- Unterlagen
Sie bekommen die Unterlagen dieser Qi Gong Übungsreihe auch in schriftlicher Form ausgehändigt.
- Bezuschussung durch die Krankenkasse möglich.

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

www.hirschfeld.de - Paket-Nr. 0521145



The image shows three numbered steps in a grey-bordered box:

- 1**: A screenshot of a web browser showing the URL <https://www.hirschfeld.de>. A red arrow points to the address bar. Below the screenshot, it says: "Gehen Sie zu www.hirschfeld.de".
- 2**: A screenshot of the website's login area. A red arrow points to the search field labeled "Stichwort oder Paket-Nr.". Below the screenshot, it says: "Geben Sie im Suchschlitz oben rechts die Paket-Nr. ein."
- 3**: A screenshot of a contact form. A red arrow points to an orange button labeled "Termin und Preis unverbindlich anfragen". Below the screenshot, it says: "Folgen Sie dem Schalter „Termin und Preis unverbindlich anfragen“".