

FREIZEITSPORT  
**QIGONG**

Qigong ist eine Bewegungsform aus China, die die Lebensenergie stärken soll. Die durchgeführten Bewegungsübungen bringen den Körper physisch und psychisch wieder ins Gleichgewicht. Die langsamen, weichen und fließenden Bewegungsabfolgen sind leicht zu erlernen, sodass die Teilnehmenden sie am Ende selbstständig Zuhause durchführen können.

Der Kurs wird von Manfred Büchner geleitet und findet im Gymnastikraum (neben der Turnhalle) statt.

Bitte den Gymnastikraum nicht mit Straßenschuhen betreten!



## TERMINE

15. | 22. | 29. Januar  
05. | 12. | 19. | 26. Februar  
05. | 12. | 19. | 26. März  
02. | 09. | 16. April

20 bis 21 Uhr

## KOSTEN

Mitglieder: 36 Euro  
Nicht-Mitglieder: 54 Euro

Die Kursgebühr ist am 1. Termin in bar zu bezahlen.

## JETZT ANMELDEN

Telefon: 0 79 31 / 43 0 36 (ab 18 Uhr)

E-Mail: [freizeitsport@tsv-althausen-neunkirchen.de](mailto:freizeitsport@tsv-althausen-neunkirchen.de)

Website: [www.tsv-althausen-neunkirchen.com](http://www.tsv-althausen-neunkirchen.com)