

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

Website: www.tsv-althausen-neunkirchen.com