

QIGONG & TAIJI QUAN

III. Trimester /2019



Kursort: Qi-Zentrum, Hofstattweg 7, Nenzing

QIGONG zum Wohlfühlen, Entspannen und

Gesundbleiben:

Wudang Hui Chun Qigong & 18 heilgymnastische Übungen

Zielgruppe: Anfänger und leicht Fortgeschrittene

Dienstag **15. Okt. – 17. Dez.** (9x 1 Std.)

18:00 – 19:00 Uhr

Kursgebühr: Nichtmitglieder € 90,00

Mitglieder € 63,00

Anmeldung: konstantin.heim@gmail.com

Kursleitung: Konstantin Heim

TAIJI QUAN Prinzipien und 38er Kurzform nach

Yang Zhen He:

Dienstag **15. Okt. – 17. Dez.** (9x 1½ Std.)

19:15 – 20:45 Uhr

Kursgebühr: Nichtmitglieder € 135,00

Mitglieder € 95,00

Anmeldung: konstantin.heim@gmail.com

Kursleitung: Konstantin Heim

TAIJI QUAN für Anfänger und leicht Fortgeschrittene ,

38er Kurzform nach Yang Zhen He:

Mittwoch **25. Sept. – 4. Dez.** (10x 1½ Std.)

9:30 – 11:00 Uhr

Kursgebühr: Nichtmitglieder € 150,00

Mitglieder € 105,00

Anmeldung: silviatef@aon.at

Kursleitung: Silvia Tiefenthaler

./.

TAIJI QIGONG: 18er Übungsreihe

Mittwoch **25. Sept. – 4. Dez.** (10x 1 Std.)

18:00 – 19:00 Uhr

Kursgebühr: Nichtmitglieder € 100,00

Mitglieder € 70,00

Anmeldung: lisa.merhar@gmx.at

Kursleitung: Lisa Merhar & Barbara Stüttler

QIGONG TAIJI: 8 Anwendungen

Mittwoch **25. Sept. – 4. Dez.** (10x 1¼ Std.)

19:15 – 20:30 Uhr

Kursgebühr: Nichtmitglieder € 120,00

Mitglieder € 90,00

Anmeldung: lisa.merhar@gmx.at

Kursleitung: Lisa Merhar & Barbara Stüttler

ACHT BROKATÜBUNGEN (Ba Duan Jin – Acht Stücke

Brokat):

Donnerstag **3. Okt. – 12. Dez.** (10x 1 Std.)

18:15 – 19:15 Uhr

Kursgebühr: Nichtmitglieder € 100,00

Mitglieder € 70,00

Anmeldung: heide.maria@gmx.at

Kursleitung: Heide Maria Mühlmann und Guido Toivanen



Genauere Kursbeschreibungen: www.qi-zentrum.at

Vom 28. Oktober bis 1. November kein Unterricht

Gratis Schnupperstunde