

# QI GONG am Morgen

Qigong macht beweglich, ist energiereich  
und führt zu mehr Leichtigkeit.

**Weiter geht's ab 23.Feb. 2024  
jeden Freitag von 8.00 - 9.15**

Als Baustein der traditionellen chinesischen Medizin  
spricht QIGONG die Ebenen von Körper, Seele und Geist an.

Alle Übungen fördern

- die Beweglichkeit und Durchlässigkeit der Gelenke
- die Leichtigkeit und Aufmunterung des Gemüts
- die Klarheit des Geistes und damit die Steigerung der Konzentration

Eine Einstieg ist auch ohne Vorkenntnisse jederzeit möglich  
Gerne ausprobieren : )

Laufende Kurse auch Montags und Mittwochs 18.30 - 20.00

Info - Kontakt - Anmeldung

**Angelika Margarete Stahl**

Heilpraktikerin für Körpertherapie

dipl. Qi Gong Lehrerin seit 2004

Raum für Qi Gong - Karate - Zen [www.kaishin.de](http://www.kaishin.de)

Lagerhausstr.17a / 83410 Laufen 0043 677 629 759 28

