



WMTV SOLINGEN

Adolf-Clarenbach-Str. 41, Solingen-Wald, Telefon 0212-31 85 97



Gesundheits - Qigong



Qigong (sprich Tschigung) ist eine chin. Heilgymnastik.

Wir erlernen ein System von dynamischen Übungen zur Verbesserung und Erhalt der allgemeinen Gesundheit, welches in jedem Alter erlernbar ist.

Ergänzend lernen wir die Energie – das Qi – zu stärken und zum Fließen zu bringen..

Bitte bequeme Kleidung, ein großes Handtuch und etwas zum Trinken mitbringen.

Wann? **07.11 / 14.11 / 21.11 / 28.11 / 05.12**

Uhrzeit: **19.15 – 20.15 Uhr**

Wo? **Turnhalle Dellerstr.** (Comeniusschule)
Albert-Magnus-Straße

Leitung: **Micha Idelberger**

Zusatzgebühr: **10,00 € für Mitglieder**
 30,00 € für Nichtmitglieder

04.09.18