



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 Fileßen zu bringen..

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

---

**Wann?** **mittwochs**  
**23.01 / 30.01 / 06.02 / 13.02 / 20.02.**

**Uhrzeit:** **19.15 – 20.15 Uhr**

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

**Leitung:** **Micha Idelberger**

**Anmeldung / Zahlung:**  
an WMTV – Konto DE90 342 500 00 0000 208413  
10,00 € für Mitglieder  
30,00 € für Nichtmitglieder