

Achtsames Qigong *(bezuschussungsfähig im Rahmen des § 20 SGB V)*

Montags:

28.08. – 04.12.2023 (10x)

1. Kurs: 18 – 19:30 Uhr *(Fortgeschrittene)*
(02.10. kein Kurs! – weitere Änderungen vorbehalten)

Mittwochs:

30.08. – 06.12.2023 (10 x)

(Anfänger + Wiederholer)

2. Kurs: 18:00 – 19:15 Uhr

(im Oktober kein Kurs)

Freitags:

25.08. – 01.12.2023 (10x)

(Anfänger + Wiederholer)

3. Kurs: 10:30 – 12:00 Uhr

(08.09., 06.10. + 24.11. kein Kurs! – weitere
Änderungen vorbehalten)

Preise:

Kurs 2: 150,- € / Kurs 1 + 3: 187,50 €

Qigong-Kurse:

Erlernen & Wiederholen
verschiedener Bewegungs- und

Ruhe-Übungen im

Stehen & Sitzen

aus dem Lehrsystem **Qigong Yangsheng**

von Prof. Jiao Guorui & dem **Shaolin-**

Qigong von Shi Xinggui

Teilnahme **vor Ort** und **online** möglich.

*(Bei gutem Wetter draußen auf dem Marga-
Meusel-Platz).*

Link für online-Teilnahme:

<https://us02web.zoom.us/j/6934366261>

Meeting-ID: 693 436 6261

Frauke Reese



„Stehen wie eine Kiefer“

Qigong-, MBSR-, MBCT und
MSC-Lehrerin und Mitglied der
Medizinischen Gesellschaft für
Qigong Yangsheng e.V.

Tel.: 030-64834934

info@lebevoll.de

Frauke Reese

lebevoll –
Praxis für Gesundheitskultur

Karl-Hofer-Str. 4 – 6
14163 Berlin

www.lebevoll.de

