

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

### Fortgeschrittene Übende:

#### Montags:

**08.01. – 18.03.2024 (10x)**

18:00 – 19:30 Uhr

**Preis: 187,50 €**

---

### Einstiegs-/Wiederholungs-Kurse:

#### Mittwochs:

**10.01. – 20.03.2024 (10x)**

18:00 – 19:15 Uhr

#### Freitags:

**05.01. – 22.03.2024 (8x)**

10:30 – 12:00 Uhr

*(12.01., 08.03. + 15.03. kein Kurs)*

**Preis pro Kurs: 150,- €**

### Qigong-Kurse:

Erlernen & Wiederholen von  
Bewegungs- & Ruhe-Übungen  
im Stehen & Sitzen

aus den Lehrsystemen

### Qigong Yangsheng

*(Prof. Jiao Guorui)*

&

### Shaolin-Qigong

*(Shi Xinggui)*

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

<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](mailto:info@lebevoll.de)

**Frauke Reese**

„lebevoll“ –  
Praxis für Gesundheitskultur

Karl-Hofer-Str. 4 – 6  
14163 Berlin

[www.lebevoll.de](http://www.lebevoll.de)

