



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

### Fortgeschrittene Übende:

#### Montags:

**05.01. – 23.03.2026 (10x)**

18:00 – 19:30 Uhr

**Preis: 187,50 €**

### Einstiegs-/Wiederholungs-Kurs:

#### Freitags:

**09.01. – 27.03.2026 (10x)**

1. Kurs: 9:00 – 10:15 Uhr

2. Kurs: 10:45 – 12:00 Uhr

3. Kurs: 12:45 – 14 Uhr (10x)

(20.02. kein Kurs)

**Preis pro Kurs: 150,00 €**

Änderungen vorbehalten

### 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)

