

Shaolin Wirbelsäulen Qi Gong

Online Live Kurs

Kurstermin

Jeweils dienstags, 7.9. - 16.11.2021 (10 x fester Kurs)

Kurszeiten

18.30 - 19.45 Uhr

Kursinhalt

Das Shaolin Wirbelsäulen Qi Gong befreit & festigt vor allem unsere Wirbelsäule, die uns aufrecht und standfest durchs Leben trägt.

Jeder einzelne Wirbel steht in Zusammenhang mit unserer Psyche - alle unsere seelischen Zustände manifestieren sich vor allem auch in unserer Wirbelsäule!

Das Shaolin Qi Gong für die Wirbelsäule kann bei regelmäßiger Übungspraxis körperliche Verspannungen und auch seelische Blockaden lösen!

Sanfte Bewegungs- und Atem Qi Gong Techniken & kräftigende Shaolin Formen bringen zudem Kraft, Reinigung, frische Energie, sowie Körper, Geist und Seele in gesunde Harmonie !

Ein Kurs zum Krafttanken für JUNG und ALT !

Kurspreis

120€ / 100€ für bisherige Teilnehmer von 2-Tages-Wochenendkursen

Zusätzlich zum Kurspreis kann für 15€ ein Übungs-Video erworben werden.

Der Kurs ist bei der Zentralen Prüfstelle der Krankenkassen unter der Kurs-ID 20190912-1136393 mit dem Kurstitel „Mit mentaler Entspannung den Körper entspannen - Entspannungs Qi Gong“ zertifiziert, so dass die gesetzlichen Krankenkassen die Kurskosten anteilig erstatten.

Kursleitung

Horst-Rainer Rust; Qi Gong Praxis seit 20 Jahren, Anerkannter Ausbilder für Qi Gong (DDQT), Kooperationspartner von Ärzten/Therapeuten, Buchautor „Glücks Qi Gong“

Voraussetzungen

Es sind keine Qi Gong Erfahrungen erforderlich.