Langstock Qigong Seminar in Brugg

Seminarbeschrieb: Am ersten Seminartag (22. Mai 2027) werden wir die Bewegungsabfolgen der 16 Langstock Qigong Übungen nach Thich Tinh Tu erlernen – eine Übungsreihe, durch die der Körper beweglicher, kräftiger, geschmeidiger und resilienter wird, und auch der Geist zu mehr Ruhe, Ausgeglichenheit und Sammlung findet. Achtsames Sorgetragen zur eigenen Gesundheit, darum geht es beim Langstock Qigong. Einen Monat später, am zweiten Seminartag (19. Juni 2027) wird die Langstock Qigong Übungsreihe aufgefrischt und in Theorie und Praxis vertieft. Dabei werden auch offene Fragen aus der eigenen Übungspraxis in der Gruppe geklärt.

Alle Bewegungsinteressierte, mit und ohne Taiji-/Qigong-Vorerfahrung, sind herzlich eingeladen an einem oder beiden Seminartagen teilzunehmen.



Seminardaten: Samstag den 22. Mai 2027 - 9:00 bis 16:00 Uhr (Grundlagen)
Samstag den 19. Juni 2027 - 9:00 bis 16:00 Uhr (Vertiefung)

Seminarkosten: ein Seminartag = CHF 180.- (6 Seminarstunden)
beide Seminartage = CHF 300.- (12 Seminarstunden)

Seminarleitung: Marko Nedeljković, Ausbildner für Taijiquan und Qigong, SGQT

weitere Infos unter: www.space2be.ch / **Anmeldung**: via Email an info@space2be.ch