

Bewegt stille werden

Shibashi - Qi Gong

Shibashi - auch bekannt als die 18 Gesundheitsübungen des Qi Gong - ist eine Form der Meditation in Bewegung. Es stärkt Leib, Seele und Geist und lässt uns die wohltuende Qualität der Langsamkeit wieder neu entdecken.

Wir treffen uns zum gemeinsamen Üben:

Daten:

- Montag, 29. 01. 2024
- Montag, 26. 02. 2024
- Montag, 25. 03. 2024
- Montag, 22. 04. 2024
- Montag, 20. 05. 2024
- Montag, 24. 06. 2024
- Montag, 26. 08. 2024
- Montag, 23. 09. 2024
- Montag, 28. 10. 2024
- Montag, 25. 11. 2024
- Montag, 23. 12. 2024

Zeit: 20.00 - 21.30 Uhr

Ort: Pfarreizentrum St. Laurentius
Oberfeldweg 17, 8408 Winterthur

Info/Anmeldung: Monika Bleuel, Shibashi-Lehrerin
Lettenstr. 7a, 8408 Winterthur
079 247 04 01 / monika.bleuel@bluewin.ch

Kosten: Die Teilnahme ist gratis, ein kleiner Unkostenbeitrag ist willkommen

Weitere Infos: www.shibashi-winterthur.ch