

Qigong und Taiji Basisübungen

DAO MKK  VEREIN FÜR
BEWEGUNGSKÜNSTE
& GESUNDHEITSFÖRDERUNG

AnfängerInnen /mit Vorkenntnissen



Mittwochs

In Wächtersbach ab

04.06.2025,

um 19:15Uhr bis 20:45Uhr

Wir entspannen Körper und Geist mit Qigong-Bewegungen aus der Reihe „Acht Brokate“ und Basisübungen aus dem Taiji Dao. Diese Übungen harmonisieren die Lebensenergie, stärken den Körper und klären den Geist. Mit weichen, fließenden Bewegungen erleben wir die Qualitäten des Elements Holz (Frühling) und Feuer (Sommer). Stille Meditationen und Übungen im bewegten Stehen helfen uns, in der Sommerzeit zur Ruhe zu kommen und Kraft zu schöpfen.

**10 x mittwochs in WÄCHTERSACH Musikzug Wächtersbach e.V, Untermühle 3 /
Musikgartengelände, bei schönem Wetter draußen.**

***Kein Kurs in den hess. Ferien. Für aktive Mitglieder von DAO-MKK ist dieser Kurs inklusiv.**

Beitrag: Nichtmitglieder 16€ pro Einheit =160€ - Passive Mitglieder:150€

Anmelden bei

kurs@dao-mkk.de oder WhatsApp 01578 2852484

Ich freue mich auf Dich!

Julia Ballin, Kursleiterin

DAO-MKK e.V. 1. Vorsitzende Renate Conrad, Tel. 0177-3616674;

2. Vorsitzende Silke Wilde 0163-8698695; Kassierer Dr. Norbert Staab 0171-3666886

Bankverbindung: Kreissparkasse Schlüchtern, BIC HELADEF1SLU, IBAN DE04 53051396 00000 50744