



## QI GONG ist Meditation in fließenden Bewegungen

Durch Bewegung, Atmung und Bewusstsein lassen wir die Energie (Qi) in unserem Körper fließen.

Die Übungen sind für jede Altersklasse geeignet.

Qi Gong Kurse Montag 20.00 - 21.00

Donnerstag 10.30 - 11.30

Tanja Jenni - [info@qisana.ch](mailto:info@qisana.ch) – 061 331 09 09

