



Der

bietet an



Qigong

Schmerzen, Verspannungen und Einschränkungen in
Ihrer Beweglichkeit?

Qigong eignet sich zur Entspannung und als Ausgleich bei Belastungen durch Stress. Es fördert die Durchblutung und Beweglichkeit. Gelenkprobleme können reduziert, Blockaden und Verspannungen gelöst werden. Eine bewusstere, tiefe Atmung fördert eine Massagewirkung auf innere Organe.

Wann: Mittwochs 17.45 – 18.45 Uhr
Dauer: 8 Einheiten
Preis: Gäste € 68,00 / Mitglieder € 24,00
Wo: Grundschule Tannenweg,
neuer Ort: **große** Sporthalle
Leitung: Oliver Blöse

Start: 20.04.2022 – 29.06.2022

Wir bitten um Ihre schriftliche Kursanmeldung.

Telefonische Info im Sportbüro unter 040 – 710 72 15
oder per E-Mail an info@tsv-glinde.de. Bitte geben Sie
Ihre Telefonnummer an, wir rufen Sie gern zurück!