



Foto: Pixabay

AB 03.10.2017

CHINESISCHE WOHLFÜHLGYMNASTIK

Dehnungs- und Entspannungsübungen

Chinesische Energiegymnastik trainiert neben der Kondition auch die Beweglichkeit und Koordination. Der Energiefluss

wird angeregt und unterstützt somit die körpereigene

Intelligenz, die wir zur Gesunderhaltung brauchen. Meditative und dynamisch-aktive Übungen wechseln sich ab.

Diese Gymnastik ist auch für Anfängerinnen kein Problem.

Quellennachweis

Leitung: Birgit Hoffendahl,
Tuinatrainerin, Dozentin für Akupunktur

 **VEREIN
FRAUEN FÜR FRAUEN
BURGENLAND**

Marktplatz 9/4
7540 Güssing
tel.: 03322 43001

info@frauenberatung-guessing.at
www.frauenberatungsuibgld.at

**DI 03.10.2017
14.30 – 15.30 UHR**

**FRAUENBERATUNG
GÜSSING**

**ANMELDUNG
03322 43 001**

**KOSTEN
7,-/STUNDE**

Anmeldung erforderlich!

ZVR-Zahl: 381127723

DVR: 4015185

RAIBA Oberwart

IBAN: AT27 3312 5000 0001 8416