

Gabi Rutjes
Qigonglehrerin DQGG e.V.
19. Mai 2015

Qigong am Schloss Apolda

„Nur im ruhigen Teich spiegelt sich das Licht der Sterne.“ aus China



Qigong zählt in China zu den Methoden, mit denen das Leben gepflegt und kultiviert werden kann und ist Bestandteil der chinesischen Medizin.

Die sanften Bewegungen im Inneren und Äußeren verbinden Körper, Atem und unsere Vorstellungskraft auf harmonisierende Weise. Fließt das Qi, die Lebensenergie, stellen sich Wohlgefühl und Entspannung ein.

Ich lade herzlich zum Kennenlernen für Neugierige und zum weiter Üben für schon Praktizierende ein.

Am 5./12. und 19.7.2015 von 10.30- 11.30 Uhr findet in Kooperation mit dem Verein „ Apolda blüht auf“ e.V. Qigong am Schloss Apolda statt.

Gabi Rutjes