

# QIGONG

&

# MEDITATION

Bewegung. Atem. Achtsamkeit.  
Für Körper, Geist und innere Balance.



## START

Jeden Mittwoch  
ab 10.06. bis 22.07.2026



## ZEIT

19:45  
ca. 60 Minuten  
oft etwas länger für einen  
stimmigen Abschluss



## ORT

THM-Shop,  
Weidach 318 in  
Leutasch



## INHALT

- Sanfte Qigong-Übungen
- Geführte Meditation
- Atem und Achtsamkeit
- Entspannung und innere Ruhe



## Preis für 10er-Block

+ 1x Gratis: € 160,-  
(mit Stempelpass)

1 Einheit: € 16,-

*Komm zur Ruhe.  
Komm zu dir.*



TelNr. 0664/2039038

aktivbewusst.at

*Karin*



TelNr. 0664/5228262

tthm-shop.at

*Sigrid*



Für mehr  
Energie, Klarheit  
und Wohlbefinden.