

QIGONG & MEDITATION

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



TERMINE Beginn jeden Mittwoch:

- bis Ende August: **19:45**
- ab September: **19:00**



ZEIT

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

thm-shop.at

Sigrid



Für mehr
Energie, Klarheit
und Wohlbefinden.

