



Erfahren Sie durch langsame Bewegungen, wie Sie ruhig werden, wie sich Beweglichkeit, Kraft, Gleichgewicht und Vitalität wieder einstellen, weil Sie zurück zu Ihrer Mitte finden. Die Übungen kräftigen Ihren physischen wie auch Ihren energetischen Körper über die zusätzliche Aktivierung der Meridiane. Ob jung oder alt, wir freuen uns auf Sie.

Taiji / Qi Gong / Der Weg der Gesundheit

Die Kurse finden jeweils am Montag, von 18.15 bis 19.30 Uhr und am Donnerstag von 10 bis 11 Uhr im Kirchengemeindehaus Töss statt.

Kursleitung: Gabriela Jetzer-Bührer, Physiotherapeutin am KSW und langjährige Qi Gong- und Taiji-Lehrerin.
Infos unter: www.qi-wohl.ch