

241L36340

## SOMMER: Die Acht Brokate zum Kennenlernen

Beginn	Dienstag, 27.08.2024, 18:30 - 20:30 Uhr
Kursgebühr	48,00 €
Dauer	3 Termine
Kursleitung	Ursula Rimbach
Informationen	Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken, Turnschuhe.
Kursort	vhs-Z.TanzRaum 1.OG., Ringstraße 1, 69168 Wiesloch

Die 8 Brokate, auch die 8 Edlen Übungen, sind eine der ältesten und bekanntesten Übungsreihen des chinesischen Qigong. Sie sind einerseits eine effektive Ganzkörpergymnastik, berühren aber auch die inneren Organe und Energieleitbahnen und beeinflussen den Fluss der Lebensenergie positiv. Sie gehen einher mit Dehnungen, Streckungen, Kräftigung der Arm-, Bein- und Rückenmuskulatur und fördern die Beweglichkeit der Gelenke. Bei schönem Wetter übt die Gruppe draußen.

### Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
27.08.2024	18:30 - 20:30 Uhr	Wiesloch, vhs-Zentrum, TanzRaum, 1.OG, Ringstr. 1
28.08.2024	18:30 - 20:30 Uhr	Wiesloch, vhs-Zentrum, TanzRaum, 1.OG, Ringstr. 1
29.08.2024	18:30 - 20:30 Uhr	Wiesloch, vhs-Zentrum, TanzRaum, 1.OG, Ringstr. 1

### [Kurs-Details online ansehen](#)

vhs Südliche Bergstraße e.V.  
Ringstr. 1  
69168 Wiesloch

Telefon: 06222 / 9296-0  
E-Mail: [info@vhs-sb.de](mailto:info@vhs-sb.de)  
Internet: [www.vhs-sb.de](http://www.vhs-sb.de)

Impressum: [www.vhs-sb.de/impressum](http://www.vhs-sb.de/impressum)  
Datenschutz: [www.vhs-sb.de/datenschutz](http://www.vhs-sb.de/datenschutz)  
AGB: [www.vhs-sb.de/agb](http://www.vhs-sb.de/agb)