

242L36808

## Taiji-Qigong 18 Bewegungen

Beginn	Dienstag, 08.10.2024, 19:00 - 20:00 Uhr
Kursgebühr	64,50 €
Dauer	8 Termine
Kursleitung	Brigitte Ittensohn
Informationen	Bitte mitbringen: Schuhe mit flacher Sohle oder warme Socken.
Kursort	Schulzentrum, Albert-Schweitzer-Str.5, 69207 Sandhausen

Die 18 Bewegungen des Taiji-Qigong ist eine Übungsreihe, die die sanften Bewegungen von Qigong und Taiji-Elementen verbindet. Dies ist für Anfänger:innen und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. Durch die Kombination von Bewegung, Vorstellungskraft und Atem können alle Körperbereiche, Gelenke und Meridiane aktiviert werden. Regelmäßiges Üben kann zu mehr Zufriedenheit, Gelassenheit und innerer Ruhe führen.

### Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
08.10.2024	19:00 - 20:00 Uhr	Sandhausen, Friedrich-Ebert-Werkrealschule, Albert-Schw.-Str. 5
15.10.2024	19:00 - 20:00 Uhr	Sandhausen, Friedrich-Ebert-Werkrealschule, Albert-Schw.-Str. 5
22.10.2024	19:00 - 20:00 Uhr	Sandhausen, Friedrich-Ebert-Werkrealschule, Albert-Schw.-Str. 5
05.11.2024	19:00 - 20:00 Uhr	Sandhausen, Friedrich-Ebert-Werkrealschule, Albert-Schw.-Str. 5
12.11.2024	19:00 - 20:00 Uhr	Sandhausen, Friedrich-Ebert-Werkrealschule, Albert-Schw.-Str. 5
19.11.2024	19:00 - 20:00 Uhr	Sandhausen, Friedrich-Ebert-Werkrealschule, Albert-Schw.-Str. 5
26.11.2024	19:00 - 20:00 Uhr	Sandhausen, Friedrich-Ebert-Werkrealschule, Albert-Schw.-Str. 5
03.12.2024	19:00 - 20:00 Uhr	Sandhausen, Friedrich-Ebert-Werkrealschule, Albert-Schw.-Str. 5

[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)