

Sanftes Training im Park

Von D. Staudt

16. Juli 2024, 10:00





Sanftes Training im Park

Qigong zum Schnuppern mit Sabine Renner

Entspanne dich mit sanften Bewegungen an der frischen Luft, einer ruhigen Atmung und einer Pause für belastende Gedanken. Sabine Renner bietet wieder kostenlose Qigong-Schnuppertermine im Park an – ideal für Neugierige und Erfahrene!

Sabine Renner nimmt teil an der bundesweiten Aktion „Qigong im Park“ der Deutschen Qigong-Gesellschaft. Nutze die Chance, die uralte chinesische Technik für Geist und Seele kennenzulernen und die freie Natur zu genießen.

Termine & Orte:

Rheinbach, Stadtpark am Ehrenmal:

freitags, 2., 9., 16. und 23. August, 10-11 Uhr

Meckenheim, Swistaue Adolf-Kolping-Straße:

donnerstags, 1., 8., 15., 22. August, 18-19 Uhr

Zülpich, Am Wallgraben:

mittwochs, 31. Juli, 7., 14. und 21. August, 10-11 Uhr

Kall, neben dem Schwimmbad:

montags, 5., 12., 19., 26. August, 18-19 Uhr

Infos bei Sabine Renner: 02251-8663121

Keine Vorkenntnisse oder Anmeldung nötig. Die Teilnahme ist kostenlos, aber eine Spendendose für den Caritasverband wird herumgehen.