

Qi Gong

Positive Stressbewältigung mit Qi Gong.

„Den Tag mit Entspannung und Energie beginnen.“

Den vielfältigen Anspannungen als Folge von großen Anforderungen, täglichen Sorgen und Belastungen wollen wir schon am Morgen entgegen wirken.

Qi Gong ist eine Übungsmethode, die körperliche, seelische und geistige Funktionen im Sinne einer Regulation und Stärkung beeinflusst.

Positive


Stressbewältigung

mit Qi-Gong

„Den Tag mit Entspannung und
Energie beginnen.“

Immer *mittwochs*
- Kostenlos und ohne Voranmeldung -
Von 08:30 bis 09:00 Uhr

Im Multifunktionsraum des Ambulanten
Dienstleistungszentrums

(gefördert von )

Durchführende:
Dagmar Pohl, Leiterin des
Integrativen Montessori Familienzentrums
Für weitere Informationen
Tel.: 02161-495210
E-Mail: imf@zfk-mg.de

www.zentrumkoerperbehinderte.de

Krefelder Straße 379
(Eingang Fahres)
41066 Mönchengladbach

Fon 02161/49521-0
Fax 02161/49521-16
info@zfk-mg.de

Zentrum für Körperbehinderte e.V.

Gemeinnütziger Verein · Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband

