



Qi Gong Spezial Körpererforschung

Eine Wertschätzung - zum Entdecken, Bewegen, Spüren und Verstehen des eigenen Körpers.

Unser Körper trägt uns. Unser Körper bewegt uns. Unser Körper nährt uns. Unser Körper kommuniziert mit uns.

Wir wollen ihn die größte Wertschätzung entgegenbringen, denn wir leben nur einmal in ihm.

Wir verbringen sehr viel Zeit darin. Und manchmal verbiegen wir uns ganz schön. Das tut nicht gut, niemanden. Doch was tun? Forschen wir an der Basis nach.

Sei neugierig auf dich.

In vielen Kulturen wird die Mitte als Symbol für Gesundheit und Reichtum angesehen. In diesem Kurs wollen wir entdecken, was vielleicht über einen langen Zeitraum in Vergessenheit geraten ist. Wie fühlt sich die Mitte an? Wo ist sie aus den Fugen geraten? Finden und fühlen wir die eigene Mitte und damit auch die Wurzeln zur Erde wieder, sind das gute Voraussetzungen für die Herausforderungen des Alltages mit und ohne Schmerz.

27. Juni 2020 von 10.00 bis ca. 14.00 Uhr (inkl. Pausen), 45 €

Schmerz-Physiotherapie-Zentrum Industriestraße 23 a, Dresden Trachau

Infos: Regina Herrmann 0351 40 93 22 86 – 0157 85 11 53 79

www.Qi-Gong-Dresden.de