



Qi Gong Kurs 1B

Qi Gong ist eine jahrtausende alte Heilmethode der traditionellen chinesischen Medizin. Die sanften Atem- und Bewegungsübungen sind leicht erlernbar und für jedes Alter geeignet. Qi Gong dient der Gesundheitserhaltung und stärkt die körperlichen wie geistigen Kräfte.
Mitbringen: Bequeme Kleidung und Turn- oder Gymnastikschuhe.

Angebotsnummer: SZ-20261-1-701

Termine: 15.01.2026 - 02.04.2026

9 x Do 09:00 - 10:00

Ausfalltage: 12.02.2026, 26.02.2026, 19.03.2026

Leitung: Heidi Kleiner

Ort: Pro Senectute Kanton Schwyz, Bahnhofstrasse 29, 6440 Brunnen, Forum kreativ

Kosten: CHF 225.00

Anmeldefrist: 05.01.2026

Krankenkassen-Anerkennung: Dieser Kurs ist QualiCert-anerkannt und kann von Krankenkassen unterstützt werden

Mehr Informationen unter Telefon 041 825 13 88 oder sz.prosenectute.ch