



## Qi Gong Kurs 2B

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-20261-1-703

**Termine:** 09.04.2026 - 25.06.2026

8 x Do 09:00 - 10:00

**Ausfalltage:** 30.04.2026, 07.05.2026, 14.05.2026, 04.06.2026

**Leitung:** Heidi Kleiner

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

**Kosten:** CHF 200.00

**Anmeldefrist:** 30.03.2026

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

Mehr Informationen unter Telefon 041 825 13 88 oder [sz.prosenectute.ch](http://sz.prosenectute.ch)