



Weitere Infos und Anmeldung

## Qi Gong Kurs A

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.

**Angebot:** SZ-20262-1-700

**Termine:** 17.08.2026 - 14.12.2026  
13 x Mo 09:00 - 10:00

**Ausfalltage:** 28.09.2026, 05.10.2026, 02.11.2026, 16.11.2026, 23.11.2026

**Leitung:** Heidi Kleiner

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

**Kosten:** CHF 325.00



Dieses Angebot ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil es in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördert.



Kursteilnehmende können dank der QualiCert-Zertifizierung bei ihrer Krankenkasse Beiträge zu den Kurskosten geltend machen. Dieses Gütesiegel steht für hohe Kompetenz und Seriosität und macht gesundheitsfördernde Aktivitäten noch attraktiver.