

Qigong für den Rücken



Wasser-Qigong und Tigerkraft für den Rücken.

Aussen geschmeidig, innen gelassen und präsent – die fließenden Bewegungsabläufe vom Wasser-Qigong, nähren und unterstützen das Element Wasser und die Kraft des Tigers. Im Fokus steht der Rücken: im Liegen, Sitzen und Stehen kräftigen, dehnen und entspannen die Teilnehmenden ihn und bewegen sich «rückenfreundlich». Vorkenntnisse braucht es keine, alle sind willkommen.

Kursleitung: Ursula Kämpfer, Qigong-, Taiji- und Shiatsu-Praktikerin.

Öffnungszeiten	09.11.2024, 13:00 Uhr bis 16:00 Uhr
Reservierungs-Kontakt	Aufgrund der begrenzten Platzzahl wird eine frühzeitige Reservation empfohlen: mail@augusta-raurica.ch oder Tel. 061 552 22 22
Preise	CHF 85.00

Augusta Raurica
Giebenacherstrasse 17
4302 Augst BL
[Routenplaner](#)

Tel. +41 61 552 22 22

[Zur Webseite](#)

