

## **Qigong für Männer**

**Fr 30.06.2023, 18.00 Uhr - So 02.07.2023, 13.00 Uhr**

**Ort:**

Niederaltreich, Landvolkshochschule Niederaltreich

In Europa ist Qi Gong eine eher ungewohnte Form, für Männer in China jedoch eine uralte Tradition, um kraftvoll zu trainieren. Mit Qi Gong stärken Sie Ihre gesunde Körperhaltung, erweitern Ihre Beweglichkeit und Selbstwahrnehmung. Sie werden flexibler im ganzheitlichen Sinne und erspüren gesunde Grenzen, die es zu wahren gilt. Sie vertiefen Ihre Atmung und bringen Körper und Geist zur Ruhe.

**Mitveranstalter:**

Landvolkshochschule

**Referent:**

Andreas Busse

**Kosten:**

325 Euro

**Veröffentlichungsdatum:** 21.12.2022

**Katholische Erwachsenenbildung im Bistum Passau e. V.**

Große Messergasse 1  
94032 Passau

Telefon (08 51) 3 93 74 12

Telefax (08 51) 3 93 74 19

E-Mail: [keb@bistum-passau.de](mailto:keb@bistum-passau.de)

[www.keb-bistum-passau.de](http://www.keb-bistum-passau.de)