

Rückkehr zur inneren Ordnung

Qigong, Meditation & Co.

Fr 19.01.2024, 18.00 Uhr - So 21.01.2024, 13.00 Uhr

Ort:

Niederalteich, Landvolkshochschule Niederalteich

Qigong ist ein ganzheitliches, fernöstliches Bewegungssystem. Die Übungen regen die Selbstheilungskräfte an und wirken harmonisierend auf das vegetative Nervensystem. Sie fördern u. a. die Fähigkeit, mit Stress-Situationen konstruktiv umzugehen und seine Gefühle und Emotionen besser zu regulieren.

Mitveranstalter:

Landvolkshochschule

Referentin:

Rotraud Wanner

Kosten:

349 Euro

Veröffentlichungsdatum: 27.11.2023

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

www.keb-bistum-passau.de