

# Qigong

Kostenlose Schnupperstunde  
am Samstag, 13.01.2018

Antoniella Holland  
Heilpraktikerin

Praxis für Traditionelle  
Chinesische Medizin,  
Schwerpunkt  
Akupunktur und Qigong

# Qigong

Entspannung und Freude in der Bewegung

Qi – Energie, Vitalkraft | Gong – Kultivierung, Arbeit, Beschäftigung

**Qigong**, zeichnet sich durch weiche, fließende Bewegungen aus, die Entspannung und (gesundheitsstärkende) Energie bringen. Die Übungen sind für Personen jeden Alters. Es wird im Stehen, Sitzen oder Liegen geübt.

Im Vordergrund stehen bei mir Bewegungsläufe des Qigong, die die Gesunderhaltung von Körper, Geist und Seele bewirken.

## Kostenlose Schnupperstunde

**Am Samstag, den 13. Januar 2018** biete ich Ihnen die Möglichkeit **Qigong** kennenzulernen. Nutzen Sie eine kostenlose Übungsstunde.

### Termine jeweils:

**14 – 15 Uhr, 15.30 – 16.30 Uhr und 17 – 18 Uhr**

Ich bitte um Anmeldung, die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Neue Kurse ab 2018 starten:

24.01.2018 17.45 – 18.45 h, 8 x 60 Min.

25.01.2018 20.00 – 21.00 h, 8 x 60 Min.

26.01.2018 10.00 – 11.00 h, 8 x 60 Min.

26.01.2018 16.00 – 17.00 h, 8 x 60 Min.

weitere Infos auf der Internetseite

*Antoniella Holland, Heilpraktikerin  
Traditionelle Chinesische Medizin,  
Schwerpunkt Akupunktur und Qigong*



MITGLIED DER AGTCM  
[www.agtcm.de](http://www.agtcm.de)

Kontakt & Veranstaltungsort

Johannes-Majer-Str. 6 | 72141 Walddorfhäslach

Telefon 07127 - 81 58 58 | [info@antoniella-holland.de](mailto:info@antoniella-holland.de)

[www.antoniella-holland.de](http://www.antoniella-holland.de)