

22.09.2014

Qi Gong mit der VHS

Qi Gong ist eine chinesische, bewegungsorientierte Methode zur Harmonisierung von Körper, Geist und Seele. Die Übungen bestehen aus weich-fließenden, langsamen Bewegungen. Durch Qi Gong werden die Muskeln gelockert und beweglich gehalten. Die Volkshochschule (VHS) Ludwigshafen bietet ab Dienstag, 7. Oktober 2014, 10 Uhr, im Seniorenprogramm den Kurs "Klassisches Qi Gong" in LU kompakt, Benckiserstraße 66, an. Teilnehmende sollten bequeme Kleidung und rutschfeste Socken tragen.

Die Kursgebühr beträgt 70 Euro pro Person.

Eine Anmeldung ist erforderlich an der VHS, im Bürgerhof, Telefon 0621 504-2632 oder 504-2238, oder im Internet unter www.vhs-lu.de.