

07.09.2021

VHS: Qi Gong – Baduanjin

Ein neuer Kurs "Qi Gong – Baduanjin" beginnt an der Volkshochschule im Bürgerhof am Samstag, 18. September 2021, 9.30 bis 11 Uhr.

An acht Samstag-Vormittagen widmet sich der Kurs der Harmonie von Körper und Geist, die den Schlüssel zur Gesundheit bilden. Qigong ist eine einfache Übungsmethode, die unabhängig vom Alter ausgeübt werden kann.

Bei geeigneter Wetterlage finden die ersten Termine im Freien auf der Parkinsel statt. Angemeldete Teilnehmende werden von darüber informiert. Eine Anmeldung ist möglich unter Telefon 0621 504-2238 oder im Internet unter www.vhs-lu.de. Die Kursnummer lautet 212EE30114.