



Gesundheitspark
Barmherzige Schwestern Wien



Weil
Gesundheit
so nahe liegt

Qigong-Kurs für Krebspatient*innen & Angehörige

Die Jahrtausende alte Bewegungskunst unterstützt, stärkt und vitalisiert mit ruhigen, harmonischen Bewegungen den Körper und den Geist. Durch die entspannte Stimmung wird auch das seelische Wohlbefinden und die Abwehrkräfte gestärkt. Sie lernen Basisübungen im Stehen, Sitzen und Gehen um den eigenen Energiehaushalt auszugleichen und in den Meridianen den Fluss zu stärken. Anmo, eine Selbstmassagemethode in Kombination mit bestimmten Akupunkturpunkten, kommt ebenfalls zur Anwendung. Bitte bequeme Hose und Schuhe mitbringen. Die Kursgebühr von 25 € ist am ersten Kursabend der Kursleiterin vor Ort zu bezahlen.

Mit freundlicher Unterstützung von:

jeden Freitag
16.00–17.00 Uhr

Kurs 1: 5 Einheiten 3.10.-31.10.
Kurs 2: 5 Einheiten 7.11.-5.12.

Millergasse 7
1060 Wien

Wir bitten um **Anmeldung** unter
info@selbsthilfe-darmkrebs.at
T +43 676 934 07 46