

## Qi Gong im Jahreskreis

### Mit Qi Gong den Herbst bewusst erleben

*Mit speziellen Übungen Lunge und Dickdarm unterstützen,  
die Organe, die dem Herbst zugeordnet sind;  
Alle Übungen sind auf die Stärkung dieses Organpaares ausgelegt  
und dienen damit der Gesunderhaltung und Prävention.  
Meine Kurse vermitteln wärmende Methoden, Methoden in Ruhe,  
Bewegung und Selbstmassage.*

*Ich freue mich auf Sie*

**6 Termine montags**  
**ab 6. November 2023 von 9.30 Uhr bis 11.00 Uhr**  
**Kursgebühr 90 €**



**Hof Wegwarte**  
bewusster leben

Eliane Steinebrunner  
Oberbierbronnen 7  
79809 Weilheim

Tel: 0 77 55/93 83 70

[post@hof-wegwarte.de](mailto:post@hof-wegwarte.de) - [www.hof-wegwarte.de](http://www.hof-wegwarte.de)