



Halte dich gesund!

**Gesunde Wirbelsäule- gesunder Mensch
Natürliche Selbstheilung mit Zhineng Qigong**

mit Luise Kohl-Hajek und Zou Ping/ Cambridge

20. Juli 2022

18- 21 Uhr

Saal des Deutschen Hauses, Homberg/Efze

Information und Anmeldung:

qigonghessen@email.de

Die Wirbelsäule hat eine Schlüsselfunktion für die Gesundheit unseres gesamten Körpers.

Innere und äußere Haltung bedingen einander.

In stürmischen Zeiten wie diesen ist die Fähigkeit uns zu entspannen, Freude zu empfinden, in unserer stabilen Mitte zu ruhen und zugleich beweglich zu sein, besonders wichtig.

Zhineng Qigong ist eine wunderbare chinesische Entspannungs- und Bewegungsmethode, die Körper, Geist und Seele nährt und mit einfachen Übungen die Beweglichkeit, Vitalität und Lebenskraft stärkt.

In einem dreistündigen Workshop gibt es viel Wissenswertes rund um ganzheitliche Gesundheit, sowie praktische Erfahrung einfacher Übungen, die leicht in den Alltag zu integrieren sind.

Die Referenten:

Zou Ping, der zur Zeit in Cambridge/ England lebt, lehrt seit 25 Jahren diese Methode in China, den USA und Europa.

Luise Kohl- Hajek, Homberg, unterrichtet nach einer Heilungserfahrung mit Zhineng Qigong diese Methode seit 18 Jahren.

Mehr Info: www.zhineng-qigong-hessen.de