



Übungsleiterfortbildungen 2017

Der Tanz des Chi – mit Sabine Diehl

Energie im Fluss

Die Chinesen nennen es Chi, die Yogis Prana – es geht um Energie und auch bei uns ist mittlerweile wissenschaftlich erwiesen, dass wir aus Energie bestehen. Viele Beschwerden unseres Körpers rühren daher, dass die Energie nicht mehr richtig fließen kann, es entstehen Blockaden, was zu Schmerzen führen kann. In diesem Workshop geht es darum, die Energie in den Fluss zu bringen. Es werden dabei verschiedene Bewegungstechniken vorgestellt – Meridian Stretch, Yoga, Faszientraining, kleine Einführung in die Chakrenlehre.

Datum: Sonntag den 01.10.2017
Beginn 10:00 Uhr bis ca. 17:00 Uhr 8 LE
Referentin: Sabine Diehl
Ort: TV-Halle Linden Großen-Linden
Unkostenbetrag : 50,00 €

Anmeldung bis 05.09.2017 noch möglich – begrenzte Teilnehmeranzahl.

Email: kgjelli@t-online.de.