

## Kurs 1

### Taijiquan – die Peking

**Form**, Vorerfahrungen der Basis sind gewünscht.

**8./15./22./29.Juni + 6. Juli**

5 Termine a 75 Minuten

**Montag** 16.30h – 17.45h

Kursgebühr: 50€

## Kurs 2

### 5-Organe Qigong

Frauen mit Vorerfahrung Wiederholung, Vertiefung aller 5 Organübungen und vorbereitende Übungen: „Die freche Frau und der Tanz des Phönix im Fluge“

**8./15./22./29.Juni + 6. Juli**

5 Termine a 75 Minuten

**Montag** 18.00 – 19.15h

Kursgebühr: 50€

## Kurs 3

### „Chan Mi Qigong“

Chan Mi Qigong, das auch Wirbelsäulen-Qigong genannt, wird im Sitzen und im Stand ausgeführt. Teilnahme auch für Beginnende ohne Vorerfahrung

**9./16./23./30.Juni + 7.Juli.**

5 Termine a 75 Minuten

**Dienstag** 10.30 – 11.45h

Kursgebühr: 50€

## Kurs 4

### „Meridian-Qigong“

Wiederholung und Vertiefung aller 12 Meridian-Übungen, Teilnahme mit Vorerfahrungen

**3./10./17./24. Juni. + 8.Juli**

**Mittwoch : 14.30 – 15.45h**

5 Termine a 75 Minuten

Kursgebühr: 50€

# Qigong & Taiji

Kurse mit Gise Schöller

**Sommer 2020**

„Raum für Bewegung und Entspannung“ in

**Bruchhausen-Vilsen**

**Vilser Schulstraße 17/19**



Anmeldung unter E-Mail:

[gise@trans-zendenz.de](mailto:gise@trans-zendenz.de)

[www.trans-zendenz.de](http://www.trans-zendenz.de)

**Tel. 04231-7209742.**