



reset & move

ANNETTE BURKHARDT

Neue Kurse ab Januar 2025

Qigong – ein Weg zu Gesundheit, Ausgeglichenheit und Vitalität



Qigong zählt zu den ältesten **Heil- und**

Vorbeugungsmethoden der Traditionellen Chinesischen Medizin. Es handelt sich um leicht erlernbare und doch sehr wirkungsvolle Körper- Übungen mit dem Ziel, den Fluss des Qi (=Lebenskraft, Lebensenergie) durch den Körper zu ermöglichen.

Die Energiebahnen des Körpers werden aktiviert und Blockaden gelöst

- Wirbelsäule und Rücken gekräftigt
- Beweglichkeit und Körperhaltung verbessert
- Vitalität und Lebensfreude werden gefördert

Basiskurs:	Ab Mittwoch, 21.1., 09h00- 10h00 Uhr , 8 x
Aufbaukurs 1:	Ab Donnerstag, 16.01.: 18h00 – 19h00Uhr, 10 x
Aufbaukurs 2:	Ab Montag, 13.01.: 17h45 – 19h15 Uhr, 10 x
Fortgeschrittene:	Ab Montag, 13.01. : 19h30 – 21h00 Uhr, 10 x

Termine fortlaufend mit Ausnahme Rosenmontag am 3.3.

Kosten: Basiskurs : Euro 88 , für 8 x 1 Stunde. (Anfänger + mit Vorkenntnissen)

Aufbaukurs 1: Euro 110,-- für 10 x 1 Stunde. (mit Vorkenntnissen)

Aufbaukurs 2/Fortgeschrittene: Euro 155,-- Euro, für 10 x 1,5 Stunden

Kleine Gruppen mit max. 6 Teilnehmenden

Ort: Wilmshausen, „Drehpunkt-Leben-Institut“, Nibelungenstraße 309

Kursleitung: Annette Burkhardt, zertifizierte Lehrerin für Qigong seit 2005, 2-jährige Ausbildung im Authentischen Medizinischen Qigong bei dem Chinesischen Großmeister Qingshan Liu, Münchener Qigong-Akademie, seither fortlaufende Weiterbildungen.

Anmeldungen und Fragen: Annette Burkhardt, Am Kernberg 6B, 6468 Lautertal,

Tel. 01520-8884447 ; kontakt@annette-burkhardt.com,

www.annette-burkhardt.com