



reset & move

ANNETTE BURKHARDT

Neue Kurse ab März 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, 26.3., 09h30- 10h30 Uhr , 10 x
Aufbaukurs 1:	Ab Donnerstag, 27.3.: 18h00 – 19h00Uhr, 8 x 3.4., 24.4., 8.5., 15.5., 22.5., 26.6., 3.7.
Aufbaukurs 2:	Ab Montag, 31.3.: 17h45 – 19h15 Uhr, 10 x
Fortgeschrittene:	Ab Montag, 28.4. : 19h30 – 21h00 Uhr, 10 x

Kosten:

Basiskurs/Aufbaukurs 1: Euro 110,-- für 10 x 1 Stunde. , Euro 88,-- für 8 x 1 Stunde

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