



GUANYIN
Schule für Taijiquan, Qi Gong
und Körperwahrnehmung
Susanne Huth

Saarbrückerstraße 78
66130 Saarbrücken
Telefon (0681) 3 90 64 58
www.susanne-huth.com

Chan Mi Qigong

(Wirbelsäulen Qigong) für

Einsteiger und Geübte

mit Susanne Huth

Sonntag, 24. November 2024

10:30-13:30

Die vier Basisübungen bilden die Grundlage des Chan Mi Qigong und zeichnen sich aus durch schlangenartige, wellenförmige Bewegungen der Wirbelsäule mit meditativem und zugleich sinnlichem Charakter.

Die differenzierten, sanft fließenden Bewegungen fördern die Durchlässigkeit in allen Wirbeln und Gelenken.

Qi wird auf subtile Weise im Zentralkanal der Wirbelsäule und im ganzen Körper aktiviert, sodaß sich rasch ein umfassendes Wohlbefinden einstellen kann. Im Stehen geübt, enthalten die Übungen sowohl vorgegebene, als auch freie Bewegungen in Verbindung mit der Vorstellungskraft.

Seminargebühr : 55,-€ (incl.19% MwSt)
Verwendungszweck: Chan Mi Qigong
Kursort : GUANYIN, Saarbrücken-Brebach
Anmeldung : guanyin@susanne-huth.com

Steuernummer: 040/234/07006

Sparda Bank Südwest

IBAN DE 85 55090500 0105705290

BIC GENODEF1S01