



Youfagong mit Musik



Aus angeleiteten Qigong-Pfahlübungen entstehen spontan Bewegungen, welche durch Musik unterstützt werden. Die Musik wandelt sich von langsamen, meditativen Klängen zu schnelleren "Hits" aus aller Welt. Aus der inneren Versenkung über die spontane Bewegung hin zum freudvollen Tanz. Zum Abschluss hin schliessen wir den Kreis mit ruhigen Klängen.

Winterhalbjahr 2023 / 2024

jeden 3. Freitag im Monat

20. Oktober 2023

19. Januar 2024

17. November 2023

16. Februar 2024

15. Dezember 2023

15. März 2024

Wo? Qigong Zentrum Bern, Spitalgasse 30, 3011 Bern

Wann? 19:00 - 21:00 Uhr

Kosten: Fr. 25.- / Abend

(alle 6 Abende Fr. 125.-)

(bar oder Twint 076 238 09 58)



Roland Brunner / Urs Zimmerli



DAO QIGONG

Schule für Qigong Yangsheng

Ausgeglichenheit
MIT QI GONG ZUR INNEREN RUHE FINDEN