

X9155 Qigong Flow

Beginn	Donnerstag, 24.09.2026, 18:00 - 19:00 Uhr
Kursgebühr	95,00 €
Dauer	10x
Kursleitung	Donatella Bracko
Informationen	Matte, bequeme Kleidung und warme Socken.
Kursort	, Josef-Heigenmooser-Str. 45, 83339 Chieming

Beruf, Familie, Alltag - oft bleibt kaum Zeit, um durchzuatmen. Qigong Flow schenkt eine Auszeit mit sanften, fließenden Bewegungen, die Verspannungen lösen und neue Energie wecken können. Es verbindet Atmung, Achtsamkeit und Bewegung. In der YOQI®-Methode wird diese traditionelle Praxis modern und alltagstauglich umgesetzt - klar angeleitet und leicht erlernbar. Die harmonischen Abläufe fördern Beweglichkeit und Aufrichtung und lassen Körper und Geist zur Ruhe kommen. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
24.09.2026	18:00 - 19:00 Uhr	Grundschule und Mittelschule, Gymnastikraum, Chieming
01.10.2026	18:00 - 19:00 Uhr	Grundschule und Mittelschule, Gymnastikraum, Chieming
08.10.2026	18:00 - 19:00 Uhr	Grundschule und Mittelschule, Gymnastikraum, Chieming
15.10.2026	18:00 - 19:00 Uhr	Grundschule und Mittelschule, Gymnastikraum, Chieming
22.10.2026	18:00 - 19:00 Uhr	Grundschule und Mittelschule, Gymnastikraum, Chieming
29.10.2026	18:00 - 19:00 Uhr	Grundschule und Mittelschule, Gymnastikraum, Chieming
12.11.2026	18:00 - 19:00 Uhr	Grundschule und Mittelschule, Gymnastikraum, Chieming
19.11.2026	18:00 - 19:00 Uhr	Grundschule und Mittelschule, Gymnastikraum, Chieming
26.11.2026	18:00 - 19:00 Uhr	Grundschule und Mittelschule, Gymnastikraum, Chieming
03.12.2026	18:00 - 19:00 Uhr	Grundschule und Mittelschule, Gymnastikraum, Chieming

[zur Kursdetail-Seite](#)