

KURS I MEDICINSK QIGONG



Kursdatum för vårens kurs 2016

14/1, 21/1, 28/1, 4/2, 11/2

kursen pågår under 5 torsdagskvällar, totalt 10 timmar

Tid.18.00-20.00

Pris 1500:- bok och cd med instruktioner ingår

Plats Allhelgonagatan 9 T-bana Skanstull

Med långsamma rörelser under djup koncentration stimuleras blod- och energiflödet i kroppen. Rörelserna löser upp spänningar och blockeringar samt mjukar upp leder och muskler.

När du tränar Qigong...

- **blir du piggare, lugnare och gladare**
- **stärker du immunförsvaret**
- **får du ökad rörlighet och cirkulation**
- **blir du mer koncentrerad**
- **motverkar du stress och spänningar**



Varmt välkommen!

**Åse Pavelsen
Qigonginstruktör**

För info och anmälan ring 0708-809664 eller e-posta till info@harmoni-halsa.com

HARMOMI & HÄLSA

www.harmoni-halsa.com | info@harmoni-halsa.com | 0708-809664