



QI GONG ein mal anders: Rhythmische Qi Gong

Von Qi (Energie) Bewegung zum Einstieg in jede einzelne Übung bis zur Entfaltung und Rhythmische Qi Bewegung.

Am Ende folgt die Stille und Entspannung.

Alles wohltuende, sanfte und gleichmäßige Bewegungen für Körper, Geist und Seele die fließend ineinander über gehen.

Balance von Yin und Yang-kraftvolle Bewegungen wechseln sich mit sanften Elementen.

Für jedes Alter von 7-100 Jahre geeignet.



YOUR LIFE  YOUR DESIGN



Rhythmus und Bewegung begleitet mich seit 54 Jahren durch mein Leben. Als Tänzerin habe ich in dieser Zeit sehr viel über meinen Körper und meine Gefühle erfahren dürfen. Durch meine Lebenserfahrungen habe ich vor 13 Jahren eine andere Art von äußeren und inneren „Tanz“ für mich entdeckt. Zuerst war es langsame Einführung in die Qi Gong Welt. Nach einer schönen ungewohnt ruhigen und tiefen Reise, in Begleitung der eigenen Energie (Qi) durch meinen Körper, habe ich durch Zufall -es ist mir zugeflogen – eine neue Art von Bewegung kennenlernen dürfen: Tief, Ruhig, Langsam, Fliesend und doch voller Kraft. Ich habe die ganzen Jahre meine Erfahrungen in Qi Gong mit einen Chinesischen Qi Gong, Tai Chi Meister und Tanz Pädagogen aus Pekingern lernen dürfen. So ist es mir immer eine Freude diese Erfahrungen weiter zu geben.



Snezana Nadj

QI GON ein mal anders: Rhythmische Qi Gong

Von Qi (Energie) Bewegung zum Einstieg in jede einzelne Übung bis zur Entfaltung und Rhythmische Qi Bewegung.

Am Ende folgt die Stille und Entspannung.

Alles wohltuende, sanfte und gleichmäßige Bewegungen für Körper, Geist und Seele die fließend ineinander über gehen.

Balance von Yin und Yang-kraftvolle Bewegungen wechseln sich mit sanften Elementen.

Für jedes Alter von 7-100 Jahre geeignet.

Kursangebot:

Wann: ab Montag: 04.02.2019 vormittags von 10:45-12:00

ab Mittwoch: 13.02.2019 Abend von 20:10-21:30

Preise: Einzeleinheit ä 75 Minuten=€ 18

Jeweils zum 5-er Blok

Bitte voranmelden-+43 6503088388

Der Kraftplatz

Nonntaler Hauptstraße 80

5020 Salzburg

