

Makko-Ho und Atemtechnik

Gesundheit und Wohlbefinden

11. Dezember 2021 von 09:00 - 12:00 Uhr
Zendo am Saupurzel

氣
愛
信
謝
勇



Dieses Seminar zielt darauf ab, Gesundheit und Wohlbefinden zu fördern, den Energiefluss in den Meridianen anzuregen und zu stärken.

Die speziellen Dehnübungen aus dem Zen-Shiatsu, Makko-Ho genannt und einfache Atemtechniken bringen uns neue Lebensenergie, Freiraum in der Bewegung und stärken die Geisteskraft.

Voraussetzungen: keine

禅 Taiji - Weg
Kurse - Training - Beratung
Karoline Krahn

Telefon: 0931 - 32066384
eMail: info@taiji-weg.de
URL: www.taiji-weg.de

Kurspreis: 25,00 €

Kursleitung: Karoline Krahn

Anmeldung: www.taiji-weg.de
www.mandala-zen.de