

# Atmung & Meditation

## Qi Gong Oberkassel – Tag der offenen Tür

Am Sonntag, 23. August, kurz nach den Sommerferien, begrüßt Sie Corinna Flaig, Medical-Qigong-Practitioner und anerkannte Qi-Gong-Lehrerin, von 14 bis 17 Uhr im neuen Raum (Gemeindesaal der St.-Anna-Kirche in Oberkassel, Kanalstraße 2), zu einem Nachmittag rund um das Thema Qi Gong. Das wichtigste Gut der Menschen, die Gesundheit, mit den Schätzen der chinesischen Kultur zu erhalten, steht bei Qi Gong im Mittelpunkt. Qi Gong ist eine bewährte Form der traditionellen chinesischen



Medizin „TCM“ (neben Akupunktur, Kräuter und Massagen), bei der es um die harmonische Kombination von Bewegung, kontrollierter Atmung und Meditation geht.

In entspannter Atmosphäre werden an diesem Tag Einblicke in das breite Feld des Qi Gong gewährt und dessen Nutzen in der heutigen Zeit. Es gibt die Möglichkeit, Fragen zu stellen und auch einzelne Übungen zu sehen. Wer gerne mehr über das Geheimnis des Daos oder das Dao des Tees erfahren möchte, sollte spätestens um 15 Uhr vorbeischaun.

Qigong ist auch für Firmen interessant, denen die Gesundheit ihrer Mitarbeiter am Herzen liegt. Zusätzlich werden auch Privatstunden und Klein-Gruppen-Kurse angeboten. Weitere Informationen finden Sie unter [www.qigong-oberkassel.de](http://www.qigong-oberkassel.de), Kontakt unter [info@qigong-oberkassel.de](mailto:info@qigong-oberkassel.de) oder 0162-3089609.