

## **Entdecken Sie Qi Gong: Kostenfreier Vortrag und Schnupperstunde in der Region!**

Erleben Sie Qi Gong im Bürgerpark Grüne Mitte Weinstadt: Kostenfreier Vortrag am 6. Sept. und Schnupperstunde am 7. Sept. 2024!

In der malerischen Stadt Weinstadt wird am 6. und 7. September 2024 eine Einladung zum Entdecken und Erleben von Qi Gong ausgesprochen. Diese Tradition hat sich als eine wirkungsvolle Methode zur Förderung von Körper und Geist etabliert. Für Neugierige und Interessierte bietet sich hier die Möglichkeit, die wohltuenden Effekte dieser Praxis hautnah zu erfahren.

Am ersten Tag, dem 6. September, wird ein spannender Vortrag von 17 bis 18:30 Uhr stattfinden. Dieser wird die grundlegenden Prinzipien des Qi Gong beleuchten und praktische Übungen beinhalten, die es den Teilnehmern ermöglichen, live zu erleben, wie Qi Gong zur inneren Balance beiträgt. Ziel ist es, den Menschen zu helfen, die eigene Mitte zu finden, ein zentraler Aspekt dieser Praxis.

### **Praktische Einführung in die Qi Gong Praxis**

Außerdem können die Teilnehmer am 7. September von 11 bis 12 Uhr an einer Schnupperstunde teilnehmen. Diese einstündige Sitzung wird ausgewählte Qi Gong Übungen umfassen, die darauf abzielen, die Beweglichkeit zu verbessern sowie die Erholung und Erfrischung zu fördern. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich, sodass jeder, unabhängig vom Erfahrungsgrad, willkommen ist.

Die Teilnahme an beiden Veranstaltungen ist kostenlos, was eine exzellente Gelegenheit darstellt, sich ohne finanzielle Hürden mit dieser außergewöhnlichen Form der Bewegung und Meditation vertraut zu machen. Für den Vortrag am 6. September wird jedoch um eine vorherige Anmeldung gebeten, um die Organisation zu erleichtern. Interessierte können sich unter [kontakt\(at\)mehrinbalance.de](mailto:kontakt(at)mehrinbalance.de) oder telefonisch unter 0172 2367403 anmelden.

Wie immer bietet Qi Gong nicht nur eine körperliche Dimension, sondern spricht auch die mentale und emotionale Gesundheit an. Es ist bekannt, dass Regelmäßigkeit in der Praxis von Qi Gong stressreduzierende Effekte hat und das allgemeine Wohlbefinden verbessert. Daher können diese Stunden im Bürgerpark Grüne Mitte eine wertvolle Ergänzung für alle darstellen, die nach mehr Ausgeglichenheit in ihrem Leben suchen.

Für weitere Informationen steht die Website [www.mehrinbalance.de](http://www.mehrinbalance.de) zur Verfügung, wo Interessierte mehr über die Hintergründe von Qi Gong und die künftigen Veranstaltungen erfahren können. Nutzen Sie diese Chance, um mehr über eine Praxis zu lernen, die Körper, Geist und Seele in Einklang bringt.

Details

**Besuchen Sie uns auf: [n-ag.de](http://n-ag.de)**