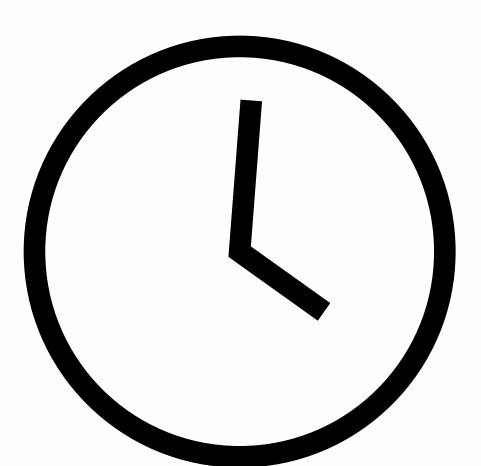




WORKSHOP

Qigong

So stärke ich meine Lebensenergie



Sam, 21. Nov 2026,
10 - 16 Uhr



Bauhütte
Kirchenstr 9, Zug



60 CHF

inkl. Mittagssuppe & Kaffeepause

25 CHF

für MUNTERwegs Teilnehmer*in

Qigong ist Meditation in Bewegung. Es stärkt unsere Selbstheilungskräfte und fördert die physische und psychische Gesundheit. Regelmässiges Üben führt zu innerer Balance, Beweglichkeit und Wohlbefinden. Es dient zudem als Vorbeugung gegen Erkältung, Erschöpfungszustände und Rückenschmerzen. Gemeinsam erlernen wir Übungen aus "Shibashi - 18 harmonische Bewegungen des Taiji-Qigong" mit Qigong-Lehrer Gerold Gerber.

Für Fremdsprachige organisieren wir gerne eine Übersetzung.

Anmeldung bis 18. Nov 2026 unter
info@munterwegs-sein.ch, M: 079 903 38 93

Dieser Workshop wird unterstützt vom Kanton Zug & dem Verein MUNTERwegs, www.munterwegs-sein.ch

