

QI DER BÄR UND TAI DER TIGER

SPIELERISCH STARK MIT QIGONG UND TAIJI



FÜR KINDER IM ALTER VON 4 BIS 9 JAHREN

19.11.2024 - 28.01.2025

IMMER DIENSTAG 16 - 16.45 UHR

€ 95,-
8 EINHEITEN

Spielerisches Kennenlernen der Qigong & Taiji Praktiken

- *Förderung von Konzentration & Aufmerksamkeit
- *Stärkung des Selbstvertrauens & der inneren Ruhe
- *Verbesserung der Körperkoordination & Balance
- *Lernen "sich zu entspannen" in stressigen Situationen
- *Spaß an sanften Bewegungen & bewusster Atmung



KINDERGRUPPE HUNDERT-MORGEN-WALD, PILZGASSE 36, 1210 WIEN
ANMELDUNG UND WEITERE INFOS:
TRAINERIN MAG. ELKE SITTA / E-MAIL: ELKE@FREILOFT.LIFE ODER
TEL. 0664-2329406 ODER WWW.FREILOFT.LIFE