

QIGONG

- eine alte chinesische Lehre,
hilft dir,
den Geist zu entspannen,
und die Gesundheit zu fördern.

Durch Qigong kannst du
von der Bewegung in die Ruhe finden,
das Bewusstsein für deine eigene Mitte,
welches im Alltag manchmal verloren
geht, schärfen.



Kontakt

Annette Urbanski

E-Mail: info@qigong-munich.com

Internet: www.qigong-munich.com

Telefon: +49 (0) 157 – 58 19 45 04

QIGONG

ANFÄNGERKURS

Hilfe bei Post-Covid und
allgemeinen
Erschöpfungszuständen

[JETZT
ANMELDEN](#)

QIGONG

Ich bin für Dich da

Mein Name ist Annette Urbanski. Ich bin 43 Jahre alt und lebe mit meiner Familie in Oberföhring.

Zum Qigong kam ich 2015 aufgrund einer chronischen Erkrankung. Seitdem empfinde ich die Übungen als große Bereicherung. Ich lernte bei verschiedenen Großmeistern, u.a. Zhi Chang Li, Liu Ya Fei, die Vorzüge des Qigongs kennen und dessen energetische Wirkung spüren.

Von 2019 – 2020 absolvierte ich die einjährige Kursleiterausbildung am ASS-Institut München.

Ich besuche fortlaufend, regelmäßig Weiter- und Fortbildungen, um meine Kenntnisse, zu vertiefen.

Meine Hingabe möchte ich gerne teilen, meine Erfahrung weitergeben und Hilfestellung auch in schwierigen Lebenslagen bieten.

Qigong Anfängerkurs

Hilfe bei Post-Covid und allgemeinen Erschöpfungszuständen

Wo	Studio Evastraße 28a in 81927 München oder auf Anfrage online
Teilnehmer	keine Altersbeschränkung, jeden Geschlechts, keine Vorkenntnisse erforderlich; maximal 8 Teilnehmer
Zeit	10 x mittwochs von 18:00 Uhr bis 19:00 Uhr; ab 27.4.2022 – 13.7.2022 (nur außerhalb der Ferien)
Kosten	119 €
Mitzubringen	Bequeme Kleidung, Schuhe mit dünnerer Sohle