

Naturheilpraxis

Anne Altrogge
Heilpraktikerin

für
Einsteiger ...

Seminar- Qigong



Qigong ist eine Jahrtausende alte Bewegungsform aus der traditionellen chinesischen Medizin und bedeutet übersetzt so viel wie „Arbeit mit der Lebensenergie“. Die einfachen Techniken des Qigong weisen einen Weg zu mehr innerer Balance, Widerstandskraft und Zufriedenheit. Übungen aus dem Qigong harmonisieren den Kreislauf und vertiefen den Atem.

Sie dehnen und kräftigen den Körper, machen die Muskeln geschmeidig und haben eine wohltuende Wirkung auf Gelenke, Wirbelsäule und das Hormonsystem. Die hinter diesen Künsten stehende Philosophie betont Sanftheit, Natürlichkeit und Harmonie.

- Termine:** 7 x freitags von 10:30 bis 11:30 Uhr
10.04.2026, 17.04.2026, 24.04.2026,
15.05.2026, 22.05.2026, 29.05.2026, 05.06.2026
- Ort:** Naturheilpraxis Anne Altrogge • Gartenstr. 7 • Salzkotten
- Seminargebühr:** Gesamtpreis 95,00 EUR
- Anmeldung:** Heilpraktikerin Anne Altrogge
Tel.: 0174-4021468
E-Mail: info@anne-altrogge.de