

STILLE *bewegung*



QI GONG / TAI JI

In der Bewegung Ruhe finden – aus der Ruhe in Bewegung kommen.
Qi Gong und Tai Ji wirken wohltuend und ausgleichend auf Körper,
Geist und Seele und führen zu mehr Achtsamkeit im Alltag,
Diese Praxis eignet sich für alle Menschen, unabhängig von Alter und
körperlicher Konstitution.

**Für Einsteiger ab Montag, 11. August 2014, 19.30 – 20.30
Uhr**

Anfragen und Anmeldung:
Andrea Wahli 079 391 02 89, andreawahli@hispeed.ch

STILLE *bewegung*

Übungsort für Qi Gong und Tai Ji
Andrea Wahli, Bümplizstrasse 101, 3018 Bern
031 991 97 51 / 079 391 02 89
andreawahli@hispeed.ch / www.stille-bewegung.ch