



Kneippverein Prien: QiGong im Frühling

Beitrag

Im Anschluss an „QiGong im Winter“ folgt in der Reihe „QiGong der vier Jahreszeiten“ „QiGong im Frühling“ mit der Kursleiterin Ljubinka Zückert. Die Termine sind am 9., 16. und 30. März auf der Wiese an der Prien-Mündung. Wettergerechte Kleidung und Schuhe werden empfohlen. Die Veranstaltungen finden nur bei trockenem Wetter statt. Der Schnuppertag am 9. März ist frei. Für die Folgetermine beträgt die Gebühr 4,- € für Mitglieder von Kneipp-Vereinen und 5,- für Nichtmitglieder.

Der Frühling ist die Zeit der Wiederentdeckung. Die richtige Zeit, seine Kreativität wieder aufleben zu lassen und schlummernde Potentiale zu wecken. Das empfänglichste Organ, die Leber, wirkt als Impulsgeber, fördert das Wachstum und gleicht Emotionen aus. Weitere Organe sind Gallenblase und Augen.

Es werden einfache aber wirkungsvolle Übungen der Rehabilitation, Atemtechnik, Organübungen und der Akupressur gezeigt. Sie sind für jede Altersstufe geeignet.

Text und Foto: Kneippverein Prien



Kategorie

1. Freizeit

Schlagworte

1. Kneippverein
2. Prien am Chiemsee