



NEU beim NTB

Qi Gong

Die traditionelle chinesische Kunst der Aktivierung der Lebensenergie (Qi) beim Neersener Turnerbund 1894 e.V. (NTB)

Qi Gong wird seit tausenden von Jahren zur Erhaltung der Gesundheit und Selbstheilung eingesetzt.

Die Übungen sind leicht zu erlernen und doch hochwirksam. Sie sind frei von Leistungsdruck und Anstrengung. Ihr ganzheitlicher Ansatz spricht Körper, Geist und Seele gleichermaßen an. Bewegung und Atmung befinden sich in Harmonie und geben den Übungen einen meditativen Charakter.

Ulla Gribbs freut sich, euch in die Welt von Qi Gong zu entführen....

Wo: Begegnungsstätte Neersen, Minoritenplatz 29

Wann: Jeweils montags von 10:15 Uhr bis 11:15 Uhr Start ab 05.05.2025

Kosten: Mitglieder des NTB und des Turnverein Anrath 1899 e.V. (TVA) zahlen 30,- Euro; Nichtmitglieder zahlen 75,- Euro (jeweils für zehn Termine)

Die kostenlose Schnupperstunde findet statt:

Am **28.04.2025** in der Begegnungsstätte Neersen, Minoritenplatz 29.

Weitere Infos und die Möglichkeit zur Anmeldung gibt es in der Geschäftsstelle des TVA (Tel.: 02156/ 2200; E-Mail: geschaeftsstelle@tv-anrath.de oder geschaeftsstelle@ntb-neersen.de.)