

Titel des Kurses **Qi-Gong**

Beschreibung des Kurses

Qi-Gong sind chinesische Gesundheitsübungen, die Gelenke, Muskeln und Sehnen trainieren. Qi-Gong ist wie eine Meditation in Bewegung und hilft Krankheiten vorzubeugen.

Im Kurs wird eine leichte Übungsreihe erlernt, die sich als Einstieg in das Qi-Gong eignet und auch zu Hause geübt werden kann.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung mit.

Was muss ich beachten?

Kurs-Nummer Mi301-605F



Termin für den Kurs
20.02. – 26.03.2012, 6 Termine, montags von 16.30–17.30 Uhr



Ort
Volkshochschule Mitte, Linienstraße 162, 10115 Berlin,
Raum 4.09



Dozentin
Gudrun Alsesser-Knobbe

8 Teilnehmer/-innen



Kosten
8,- €



Auskünfte: Constanze Metzger
Telefon: 030 - 901 83 74 27

Hier besuchen Sie Ihren Kurs.

Hier melden Sie sich auch an und bezahlen Ihren Kurs:



Volkshochschule Berlin Mitte
Haus Liniestraße 162
10115 Berlin



Telefon: 030 - 901 83 74 74

Wie komme ich zur Volkshochschule?

U-Bahn Rosenthaler Platz (U8)
S-Bahn Oranienburger Straße (S1 und S2)
Bus 240, Tram 1, 8, 13, 53



Wann kann ich bezahlen?

jeden Donnerstag 16.00 – 19.00 Uhr
Am 22.12.2011, 02.02.2012, 05.04.2012 und 12.04.2012
ist die Kasse geschlossen.