



Qi Gong

19.10.2026, 10:00 – 11:00

Einfach vorbeikommen

Qi Gong ist eine traditionelle chinesische Bewegungs- und Entspannungsmethode, die Atmung, sanfte Bewegungen und Konzentration miteinander verbindet. Die langsamen, achtsamen Übungen fördern die Beweglichkeit, stärken die Lebensenergie und unterstützen das allgemeine Wohlbefinden. Qi Gong ist leicht erlernbar, schonend für den Körper und daher besonders gut für ältere Menschen geeignet. Jede*r ist willkommen!

Ort: Meidlinger Hauptstraße 4

Adresse: Meidlinger Hauptstraße 4, 1120 Wien

Tel: 01 31399 282141

Veranstalter: Klub Meidlinger Hauptstraße 4 Desanka Wagner

Wir freuen uns auf Sie!