



Qi Gong

08.10.2026, 14:00 – 14:30

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: Wurlitzergasse 59 (Eingang Seeböckgasse 12-14)

Adresse: Wurlitzergasse 59 (Eingang Seeböckgasse 12-14), 1160 Wien

Tel: 01/31399 2 86 20 1

Veranstalter: Klub Wurlitzergasse 59 (Eingang Seeböckgasse 12-14)

Wir freuen uns auf Sie!