



## Qi Gong

**10.11.2025, 12:30 – 13:30**

Chinesische Meditations, Konzentration und Bewegungsform. Es wirkt sich regelmäßiges Üben positiv auf die Funktionen von Herz und Kreislauf aus. Zur Praxis gehören Atemübungen, Körper- und Bewegungsübungen, Konzentrationsübungen und Meditationsübungen.

**Ort:** Rudolf-Zeller-Gasse 58-60/10 (Mauer)

**Adresse:** Rudolf-Zeller-Gasse 58-60/10 (Mauer), 1230 Wien

**Tel:** 01 31399 293 201

**Veranstalter:** Klub Rudolf-Zeller-Gasse 58-60/10 (Mauer)

**Wir freuen uns auf Sie!**