



Qi Gong

03.06.2026, 13:00 – 14:00

Einfach vorbeikommen

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: VHS Erlaa

Adresse: Putzendoplergasse 4, 1230 Wien

Veranstalter: Klub Putzendoplergasse 4 (Inzersdorf)

Wir freuen uns auf Sie!