



Qi Gong im Garten

Qi Gong ist eine jahrtausendealte Atem- und Bewegungskunst, die Sie in jedem Alter erlernen und praktizieren können. Die Übungen werden im Stehen oder Sitzen ausgeführt, die Bewegungen sind sanft, ruhig und bewusst geführt. Durch regelmässiges Üben fördern Sie Ihre Beweglichkeit, Konzentration und innere Ruhe. Gleichzeitig stärken Sie Ihre Kraft und Ihr Wohlbefinden – oft mit einer spürbaren Verbesserung der Lebensqualität.

Angebotsnummer: 26-3Q-BE-BAD-07

Termine: 02.07.2026 - 27.08.2026
8 x Do 09:00 - 10:00

Ausfalltage: 23.07.2026

Leitung: Annamarie Burger-Vetsch

Ort: Alterszentrum Kehl, Im Kehl 7, 5400 Baden

Kosten: CHF 176.00

Anmeldefrist: 22.06.2026

Hinweis: Dieser Kursblock findet im Aussenbereich statt

Krankenkassen-Anerkennung: Dieser Kurs ist QualiCert-angemerkt und kann von Krankenkassen unterstützt werden

Mehr Informationen unter Telefon +41 62 837 50 70 oder ag.prosenectute.ch