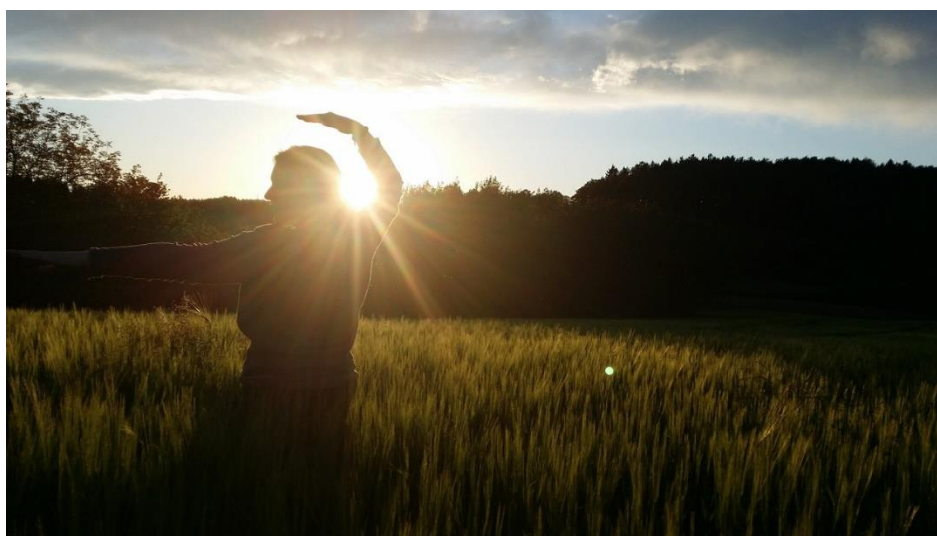


SPORT

Kostenfreie Angebote!
vom 14. Juni bis
15. September 2024

IM PARK

Kostenfreie Angebote im Quartier



Qi Gong – „Arbeit mit der Lebensenergie“

Langsame, fließende Bewegungen, die fast wie in Zeitlupe ausgeführt werden: So könnte man Qi Gong beschreiben. Doch der chinesische Volkssport ist viel mehr als eine Körperübung, denn bei Qi Gong handelt es sich nicht um bloßen Sport. Vielmehr ist Qi Gong eine Methode, um Körper und Geist durch Meditations-, Bewegungs- und Atemübungen wieder in Einklang zu bringen. Dadurch sollen Krankheiten vermieden und ein langes Leben erreicht werden. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Treffpunkt: Parkplatz vor dem Schwimmclubgelände

Adresse: Duisburger Str. 383 | 47829 Krefeld

Tag: Freitag

Termine: 21.06.2024 bis 02.08.2024

23.08.2024 bis 13.09.2024

Uhrzeit: 12:00 – 13:00 Uhr

**Bitte tragen Sie
bequeme, flache Schuhe
und lockere Kleidung**

AOK 
AOK Rheinland/Hamburg
Die Gesundheitskasse.

LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



 Hochschule Niederrhein
University of Applied Sciences

 STADT KREFELD
INNOVATIV – KREATIV – WELTOFFEN

Jetzt über die APP anmelden!

www.ssb-krefeld/sport-im-park



STADTSportBUND
// KREFELD