



Qi Gong Kurse 2018

Kurse im ersten Halbjahr
Mittwochs 10.00-11.00 Uhr

Kosten: 25.-/h
Halbjahres-/Jahres-Abo erhältlich

17.+24.+31.01.2018
Gut geerdet und verwurzelt ins neue Jahr

28.02.+ 07.+14.+21.03.2018
Frühlingsübungen (erwachen, reinigen, stärken)

25.04.+02.+09.+16.05.2018
Spiel der fünf Tiere (Stärken der Tiere nutzen)

24.+30.05.+06.06.2018
9 Dao Yin Übungen (Halte- & Dehnübungen)

13.+20.06.2018
Sommerübungen (Hitze kühlen, Herz beruhigen)

KUSHIDO Schule für Kampfkunst
Adrian und Thomas Feer
Rotzbergstrasse 7, 6362 Stansstad
041 610 54 93
dojo.stansstad@kushido.ch

www.kushido.ch