

Arcadia FriskVård AB



Zhineng Qigong 30 mars 2019

Du är välkommen till vårens heldagsträning med mig och Zhineng qigong. Denna form har sitt ursprung i de taoistiska qigongformerna och har fokus på både mental och fysisk träning.

Zhineng qigong ökar flödet längs energimeridianerna. Det är också en kraftfull qigong som arbetar med att lossa spänningar i axelpartierna, öka rörlighet i ryggen och öka balansen. Du kommer känna qi-flödet och få en bättre förståelse för hur Traditionell Kinesisk Medicin påverkar kroppen.

Denna kurs är öppen för dig som är nyfiken och inte provat formen förut eller om du redan tränar den så får du en grundlig genomgång av alla detaljer.

Tid 30 mars 10.00 - 16.00
Plats Ringvägen 76, Södermalm
Kostnad 1195 kr (956 + 25 % moms)

Anmälan sker till fia@arcadiafriskvard.se

Inbetalas till Handelsbanken bankgiro 803-0181

Sista anmälnings- och betalningsdatum är 11 mars

Välkommen!

Fia Hobbs

Arcadia FriskVård AB

www.arcadiafriskvard.se

fia@arcadiafriskvard.se

Tel: 070 658 6865