

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
17.30 Uhr					
18.00 Uhr	18.00 - 18.45 Uhr <b>Qigong</b>		18.00 - 19.00 Uhr Yoga		
18.30 Uhr					
19.00 Uhr	19.00 - 20.15 Uhr <b>Chen Taijiquan</b> Laojia & Seidenübungen				
19.30 Uhr		19.30 - 20.30 Uhr Yoga			
20.00 Uhr					
20.30 Uhr					
21.00 Uhr					

### Qigong

Unser Qigong-Kurs wendet sich insbesondere an Menschen, denen es schwer fällt zur Ruhe zu kommen. Wir antworten auf Schlagworte der heutigen Zeit wie Stress und BurnOut auf ganz eigene Art: Ankommen, wahrnehmen, dem eigenen Fühlbewusstsein wieder näher kommen, sich innerlich aufrichten. Ganz nebenbei bringst du deinen Körper in eine gute Ausrichtung, was sich positiv auf Probleme im Bereich Rücken, Nacken, Kopf und Schultern auswirkt.

### Taijiquan

Unsere Spezialität im Chen Taijiquan ist die Arbeit von innen nach außen an der optimalen anatomischen Ausrichtung der Grundstruktur jedes einzelnen Teilnehmers. Das führt zu einem gelenkschonenden und durchlässigen Praktizieren der Form.

### Teilnehmerkarten für Qigong & Taiji

50 Euro / 4 Termine, Gültigkeit sechs Wochen

### Preise für

**Einzeltermine**  
**Probestunde**

auf Anfrage  
15 Euro

### Extra

Wir arbeiten sehr individuell und persönlich in kleinen Gruppen mit max. 4 Personen

### AGB

Bitte beachte unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen (Button: Kurse & Preise)

### Teilnahme

Für alle Kurse bitte vorher telefonisch oder per Mail anmelden.  
Die Kurse sind fortlaufend angelegt. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.  
Die Teilnahme an den Stunden erfolgt selbstverantwortlich.

### Duftstoffe

Mit Rücksicht auf Allergiker und den Trainer bitten wir darum, am Kurstag auf künstliche Duftstoffe zu verzichten. Vielen Dank.



### Kursort

energy elements...

**Veronika Kergaßner & Peter Klumpp**

Gutenbergstraße 48, Stuttgart - West

**Telefon 0711 . 61 04 26**

**Email: taiji@energy-elements.de**