

Lebensenergie steigern mit „DUFT-QI-GONG“

„Duft-Qi-Gong 1“ besteht aus einer Übungsfolge von 15 schwingenden natürlichen Bewegungen, die auf Körper und Geist reinigend wirken und den Energiefluss in den Meridianen anregen.

In sorgloser Stimmung darf man locker und entspannt die Übungen genießen und möglichst wenig (nach-)denken - sogar nebenher Musik hören und sich unterhalten ist möglich, so lange man jegliche Probleme dabei vergisst. Eine Drei-Minuten-Meditation und eine Selbstmassage bilden den Abschluss. Nach längerer Übungszeit (1 – 2 x täglich 15 Min.) ist der Körper befreit von „Giften“ und beginnt angenehm zu „duften“.

Ziele

- **Entgiftung, Energiefluss im Körper harmonisieren**
- **Lösen von Blockaden z. B. in der Schulter- und Nackenmuskulatur**
- **Chronische Krankheiten wie z. B. Bluthochdruck, Kopfschmerzen positiv beeinflussen**
- **Zur Ruhe kommen und Entspannung**

Montag	8.30 - 9.00 Uhr
Dienstag	9.30 - 10.00 Uhr
Mittwoch	10.00 - 10.30 Uhr
Donnerstag	18.00 – 18.30 Uhr
Freitag	18.15 – 18.45 Uhr

Ort: Praxis „Smile“, Herzog-Ludwig-Str. 9, 85570 Markt Schwaben

Beitrag 4 € pro Treff, es findet ab 3 Personen statt, bitte unbedingt vorher anmelden, s.u.

Weitere Informationen: <http://www.fliessendes-bewusst-sein.de/>

Nur mit Anmeldung unter: susanne.gnann@gmx.de oder mit SMS: 0152 - 01950824

