

Öffentliches Qi Gong im Schmiedhofpark

Qi Gong stärkt den gesamten Organismus

Qi Gong kann entspannen, das Gleichgewicht und die Körperhaltung verbessern. Langsame, geschmeidige Bewegungen, Dehnen und bewusstes Atmen aktivieren den Energiefluss und können zu innerer Ruhe und Gelassenheit führen.

5. Mai - 29. September 2025, bei jedem Wetter

Jeweils Montagabend von 18.00 Uhr - 19.00 Uhr.
(ausser Pfingsten, 9. Juni).

Der Treffpunkt ist beim Clubhaus. Bei Regen geht die Gruppe gemeinsam in einen Unterstand in der Nähe. Das Angebot ist kostenlos. Es braucht keine An- oder Abmeldung.

Kursleitung & Kontakt

Philipp Bründler, 079 296 55 52



gesellschaft.ebikon.ch

