

AUGEN-QIGONG für Anfänger „NEU“

Übungen zum Erhalt und Verbesserung der Sehkraft.

Sie erlernen acht Übungen, die dabei helfen Augenbeschwerden, stressbedingte Kopfschmerzen und Verspannungen vorzubeugen. In einem harmonischen Wechsel zwischen Praxis und Theorie lernen Sie die wichtigsten Akupunkturpunkte und deren Lage kennen.

Am Ende des Kurses sind sie in der Lage mit Akupressur eine Punktmassage, zur Pflege der Augen, durchzuführen.

Bitte mitbringen: Schreibzeug

Info und Anmeldung bei Hans-Georg Heinz unter 015753482102.