# Gezond en ontspannen met Chi Neng Qigong

Nanette Hagedoorn

**Woensdag 21 augustus 2024 van 13:00 tot 14:30 uur**
Over 10 dagen

**Het Carré 38**
Ede, Nederland

**Terugkerende activiteit**
Wekelijks op woensdag tot en met 16 oktober 2024

Chi Neng Qigong maakt je gezonder, fitter, energieker en bewuster. Het is een Chinese bewegingsleer waarbij je door focus en langzame bewegingen fysiek sterker en soepel wordt, emotioneel stabieler en mentaal helder.

Je wordt steeds gezonder en klachten verdwijnen. Blokkades worden opgeheven en de energie gaat weer vrij stromen, waardoor het lichaam in balans komt. Je energiereserves worden aangevuld, de organen gaan optimaal functioneren en je gaat je geestelijk en lichamelijk vitaal voelen.

Vind je het leuk om mee te doen? Wees welkom, het is geschikt voor iedereen, je hoeft niet fit of lenig te zijn! Je mag ook eerst een (gratis) introductieles doen. Kijk voor meer informatie op mijn site: https://springtrainingencoaching.nl/qigong/

Ga voor meer informatie naar
**veldthuizen.nl/agenda**

Gezond en ontspannen met...
21-08-2024 / 13:00 - 14:30
Het Carré 38