

D3049A Qigong

Beginn Donnerstag, 05.03.2026, 19:45 - 21:15 Uhr

Kursgebühr 135,00 €

Dauer 15 Termine

Kursleitung Angelika Fuchs

Kursort GA, vhs BZ V 2.01, Telschowstr. 5-7, 85748 Garching

In diesem Qigong-Kurs liegt das Hauptaugenmerk auf dynamischen Bewegungsabläufen sowie auf Übungen zur Stärkung der inneren und äußeren Balance. Körper und Geist können tief entspannen. Die Konzentrationsfähigkeit steigt und auch Muskeln, Sehnen, Bänder, Gelenke und die Wirbelsäule können profitieren. Wir fühlen uns nachhaltig vital, voll frischer Energie. An diesem Kurs kann jeder teilnehmen, der QiGong kennenlernen oder seine Kenntnisse vertiefen möchte. Bitte bequeme Kleidung und flache Indoor-Schuhe mitbringen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
05.03.2026	19:45 - 21:15 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 2.01 Entspannungsraum
12.03.2026	19:45 - 21:15 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 2.01 Entspannungsraum
19.03.2026	19:45 - 21:15 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 2.01 Entspannungsraum
26.03.2026	19:45 - 21:15 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 2.01 Entspannungsraum
16.04.2026	19:45 - 21:15 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 2.01 Entspannungsraum
23.04.2026	19:45 - 21:15 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 2.01 Entspannungsraum
30.04.2026	19:45 - 21:15 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 2.01 Entspannungsraum
07.05.2026	19:45 - 21:15 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 2.01 Entspannungsraum
21.05.2026	19:45 - 21:15 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 2.01 Entspannungsraum
11.06.2026	19:45 - 21:15 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 2.01 Entspannungsraum
18.06.2026	19:45 - 21:15 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 2.01 Entspannungsraum
25.06.2026	19:45 - 21:15 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 2.01 Entspannungsraum
02.07.2026	19:45 - 21:15 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 2.01 Entspannungsraum
09.07.2026	19:45 - 21:15 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 2.01 Entspannungsraum
16.07.2026	19:45 - 21:15 Uhr	Garching, vhs Bildungszentrum, V 2.01 Entspannungsraum

[zur Kursdetail-Seite](#)