

**Einladung zum Qi Gong
bei VITAOM**

Um Ihnen einen Einblick in diese Bewegungstherapie der TCM zu geben, sind Sie **jeden Dienstag 17.30 – 18.30 Uhr bzw. 19.00 – 20.00 Uhr oder Donnerstag 10.00 – 11.00 Uhr** (Anmeldung nicht erforderlich) herzlich eingeladen.

Ziel: Aktivierung, Entwicklung und Ausbau der Selbstheilungskräfte dadurch

- Vorbeugung bzw. Linderung von Krankheitsbeschwerden
- Stärkung des Immunsystems
- Erhöhung der Widerstandsfähigkeit gegen schädliche Einflüsse
- Optimierung der Funktions-kreisläufe der Organe, Muskeln, Sehnen und Zellen
- Förderung psychischer Stabilität
- Erhöhung der Selbstwahrnehmung

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung sowie Sportschuhe oder dicke Socken mit.

Ort: in unseren Räumen der
Waldenburger Straße 63a, 09116 Chemnitz

Kosten: 10,00 €/Std.

Weitere Informationen unter: www.vitaom.de