

Schöneberg bewegt sich!



...ganz entspannt beim

Qi Gong im Kleistpark

vom 17.06.2011 bis Ende August
jeden Freitag, 07.30 bis 09.00 Uhr

Die Teilnahme ist kostenfrei und der
Einstieg jederzeit möglich!

Kommen Sie einfach vorbei!

Qi Gong ist eine ganzheitliche Methode zur Stärkung der Gesundheit. Die leicht zu erlernenden Bewegungs- und Atemübungen wirken entspannend auf Körper und Geist.

Qi Gong ist für Menschen jeden Alters geeignet und kann auch bei bestehenden gesundheitlichen Einschränkungen praktiziert werden.

Beim Treff im Kleistpark üben wir im Stehen. Bringen sie ggf. eine Decke oder ein Kissen mit, um sich zwischendurch ausruhen zu können.

Der Treff findet jede Woche statt!

⇒ bei trockenem Wetter im Kleistpark auf der Rasenfläche in der Mitte

⇒ bei Regen Treff am Eingang zur Potsdamer Straße, dann weichen wir auf Räume in der Nähe aus

Weitere Informationen bei

Verena Kupilas

0160 / 97 61 25 28

oder:

Berliner Institut für Public Health

Tel.: 030 / 7676 5595

eMail: schoeneberg@biph.de

Internet: www.biph.de