



www.ariellebrouwer.nl



QI GONG LES

HUIS VAN DE WIJK DE PIJP

2E VAN DER HELSTSTRAAT 66

Woensdag 9:30 – 10:30 (vrouwen)

Qi Gong (tsjie koeng) is goed voor je gezondheid en welbevinden. Regelmatig oefenen activeert het zelfhelend vermogen van je lichaam, je wordt rustiger en komt meer in balans.

Er wordt gewerkt met langzame bewegingen, in combinatie met adem, klank en visualisatie en het bewust sturen van aandacht.

Deze les is toegankelijk voor vrouwen van alle leeftijden, ervaring is niet nodig.

Docent Ariëlle Brouwer is opgeleid door dr. Linda Bijtebier in de Medische Qi Gong vlg prof. Jerry Alan Johnson, en door master Kong Mien Ho in de Qi Gong vormen van het Wuji Instituut.

Lesgeld*: €33 per maand, met Stadspas groen €26,50; losse les €12, proefles gratis.

*m.i.v. sept 2023. Tijdens schoolvakanties is er geen les.

Op de website: meer Qi Gong (ook online en buiten), Coaching en Spellabs.

AANMELDEN 06 15474850 OF

MAIL@ARIELLEBROUWER.NL

Ariëlle Brouwer QiGong Coaching Spellab