

Zomerse Qi Gong Special Aarden & Ademen

Zaterdag 12 juli van 14-17 uur in Huis v/d Wijk De Pijp

Wie ben jij als je je hart volgt? Wat doe je dan?

Hoe blijf je in je lichaam en geaard? En hoe adem je door, ook als het lastiger wordt?

We gaan hier niet over filosoferen ;-), maar vooral bewegen en ademen, het lichaam voelen en ervaren!

Qi Gong Specials worden 5x per jaar gegeven. Ze staan in het teken van een van de 5 elementen Vuur Aarde Metaal Water Hout.

Het programma is altijd afwisselend met fysieke beweging, adem oefeningen, klank, visualisatie, reflectie en meditatie.

Docent: Ariëlle Brouwer

Deelname €40

Je hoeft geen ervaring te hebben met Qi Gong; iets van ervaring met yoga of energiewerk, zelfontwikkeling etc is welkom.

Meer info en aanmelden:

mail@ariellebrouwer.nl

<https://www.ariellebrouwer.nl/contact#AGENDA>

