



QI GONG LES

WOENSDAG 9:30 - 10:30 (VROUWEN)

HUIS VAN DE WIJK DE PIJP 2E VAN DER HELSTSTRAAT 66

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.

De lessen zijn toegankelijk voor vrouwen van alle leeftijden met en zonder ervaring.

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

Lesgeld m.i.v. sept. 2025: €36 per maand, proefles gratis.

AANMELDEN: 06 15474850 of mail@ariellebrouwer.nl

Ariëlle Brouwer Qi Gong Coaching Spellab

www.ariellebrouwer.nl

