

# Qigong-Schnupperworkshop

**Wann?** Do., 07. Mai  
14:00-16:00 Uhr

**Wo?** Anleger7

**Wer?** Eva-Maria Werner



Zhineng Qigong, auch als „medizinisches Qigong“ bezeichnet, kommt aus China und ist für Jung und Alt geeignet.

Mit einfachen, schnell erlernbaren fließenden Bewegungsabläufen wird der freie Fluss von „Qi“ (Lebensenergie) gefördert. Wecke die Lust in Dir, Deinen Körper und Geist zu verstehen, Zufriedenheit und Mitte zu finden, Selbstheilungskräfte zu aktivieren und Freude dabei zu empfinden!

4. Schnupperkursus mit der Qigong-Lehrerin Eva Maria Werner. Gefördert durch die TK im Rahmen der Lokalen Vernetzungsstelle „Gesundes Langenhorn“. Gratisangebot.

**Anmeldung  
bis 30. April**



## Anmeldung | Kontakt

SPZ Fuhlsbüttel / Anleger7  
Hummelsbütteler Landstr. 7, 22335 Hamburg  
Tel.: 040 / 533 288 1465  
E-Mail: [anleger7@sf.hamburg](mailto:anleger7@sf.hamburg)