



Qigong Einführung

Kurs-Nr.	Titel	Kursleitung	Tag/Uhrzeit	von/bis	Termine	Gebühr
21-01	Die Kraft von innen spüren Kraftvolle Bewegungen, inspiriert von chinesischer Symbolik und Prof. Hus Qigong 2020	Elisabeth Kazenwadel	Montag 18:00 - 19:30 Uhr	11.01. - 15.03.21 Wachmannstr. 9a, 28209 Bremen	10 Abende	€ 112,- € 105,-*
21-02	Muskel- und Knochen-Qigong Übungen zur Lockerung und Stärkung.	Elisabeth Kazenwadel	Dienstag 18:45 - 20:15 Uhr	12.01. - 16.03.21 Daniel-Jacobs-Allee 1, "Haus Fleet", 28357 Bremen-Borgfeld	10 Abende	€ 112,- € 105,-*
21-03	Gesundheitsschützendes Qigong Übungen zur Stärkung der inneren Organe sowie medizinische Übungen.	Elisabeth Kazenwadel	Dienstag 9:30 - 11:00 Uhr	12.01. - 16.03.21	10 Vormittage	€ 112,- € 105,-*
21-04	Herz-Qigong Das Herz beruhigen und den Kreislauf regulieren.	Elisabeth Kazenwadel	Dienstag 18:45 - 20:15 Uhr	13.04. - 29.06.21 Daniel-Jacobs-Allee 1, "Haus Fleet ", 28357 Bremen-Borgfeld	12 Abende	€ 134,- € 127,-*
21-05	Qigong für mehr Energie im Alltag Mit fließenden Bewegungen entspannen, den Körper kräftigen und die Abwehrkräfte stärken	Marion Frenzel	Mittwoch 18:30 - 20:00	20.01. - 24.03.21 Friedr.-Karl-Str. 55, 28205 Bremen	10 Abende	€ 112,- € 105,-*

Kurs-Nr.	Titel	Kursleitung	Tag/Uhrzeit	von/bis	Termine	Gebühr
21-06	Qigong für mehr Energie im Alltag Mit fließenden Bewegungen entspannen, den Körper kräftigen und die Abwehrkräfte stärken	Marion Frenzel	Mittwoch 18:30 - 20:00	21.04. - 23.06.21 Friedr.-Karl-Str. 55, 28205 Bremen	10 Abende	€ 112,- € 105,-*
21-07	Lungen-Qigong Das Qi stärken und die Lunge pflegen.	Elisabeth Kazenwadel	Donnerstag 18:30 - 20:00 Uhr	14.01. - 25.03.21 Friedr.-Karl-Str. 55, 28205 Bremen	10 Abende	€ 112,- € 105,-*
21-08	Prof. Hus Qigong 2020 Die Lunge, das Immunsystem und den Körper stärken	Elisabeth Kazenwadel	Donnerstag 20:00 - 21:30 Uhr	14.01. - 25.03.21 Friedr.-Karl-Str. 55, 28205 Bremen	10 Abende	€ 112,- € 105,-*
21-09	Lungen-Qigong Das Qi stärken und die Lunge pflegen.	Elisabeth Kazenwadel	Donnerstag 18:30 - 20:00 Uhr	15.04. - 08.07.21 Friedr.-Karl-Str. 55, 28205 Bremen	12 Abende	€ 134,- € 127,-*
Qigong Vertiefung						
21-10	Die Kraft von innen spüren Kraftvolle Bewegungen, inspiriert von chinesischer Symbolik und Prof. Hus Qigong 2020	Elisabeth Kazenwadel	Montag 18:00 - 19:30 Uhr	12.04. - 05.07.21 Wachmannstr. 9a, 28209 Bremen	12 Abende	€ 134,- € 127,-*
21-11	Gesundheitsschützendes Qigong Übungen zur Stärkung der inneren Organe sowie medizinische Übungen.	Elisabeth Kazenwadel	Dienstag 9:30 - 11:00 Uhr	13.04. - 29.06.21	12 Vormittage	€ 134,- € 127,-*

* Ermäßigung für Mitglieder des DRK, Studenten, BFD/FSJ und Schüler*innen.