

# KURS I MEDICINSK QIGONG



## Kursdatum för vårens kurs 2017

13/2, 20/2, 27/2, 6/3, 13/3

kursen pågår under 5 måndagskvällar, totalt 10 timmar

Tid.18.00-20.00

Pris 1650:- bok och cd med instruktioner ingår

Plats Allhelgonagatan 9, T-bana Skanstull

Med långsamma rörelser under djup koncentration stimuleras blod- och energiflödet i kroppen. Rörelserna löser upp spänningar och blockeringar samt mjukar upp leder och muskler.

## När du tränar Qigong...

- blir du piggare, lugnare och gladare
- stärker du immunförsvaret
- får du ökad rörlighet och cirkulation
- blir du mer koncentrerad
- motverkar du stress och spänningar



**Varmt välkommen!**

**Åse Pavelsen**  
Qigonginstruktör

**För info och anmälan ring 0708-809664 eller e-posta till [info@harmoni-halsa.com](mailto:info@harmoni-halsa.com)**

HARMOMI & HÄLSA

[www.harmoni-halsa.com](http://www.harmoni-halsa.com) | [info@harmoni-halsa.com](mailto:info@harmoni-halsa.com) | 0708-809664