

Qigong - Die 15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong

Kursnummer	26L236304
Beginn	Montag, 19.01.2026, 17:00 - 18:30 Uhr
Dauer	21 Termin(e)
Ort	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.30, Aachener Str. 220, 50931 Köln
Lehrkraft	Dien-Hieu Vuong
Kursentgelt	212,00 €

In diesem Kurs werden "Die 15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong" im Stehen ausgeführt. Wir achten auf die Vollständigkeit der Körperhaltung, den Einklang zwischen Körper und Geist, die Harmonie der Bewegungen, auf die Stabilität und Flexibilität. Während der Bewegungen nehmen wir unseren Körper wahr und beobachten unsere Gedanken.

Bitte bringen Sie lockere, bequeme Kleidung, leichte Schuhe mit flachen Sohlen oder warme Socken und evtl. ein Getränk mit.

Ihr werdet für jede Übung die entsprechende Unterlage per Email bekommen. Die Materialkosten beinhalten alle Übungsblätter.

Kurstermine

Datum	Uhrzeit	Ort
19.01.2026	17:00 - 18:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.30
26.01.2026	17:00 - 18:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.30
02.02.2026	17:00 - 18:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.30
09.02.2026	17:00 - 18:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.30
23.02.2026	17:00 - 18:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.30
02.03.2026	17:00 - 18:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.30
09.03.2026	17:00 - 18:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.30
16.03.2026	17:00 - 18:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.30
23.03.2026	17:00 - 18:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.30
13.04.2026	17:00 - 18:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.30
20.04.2026	17:00 - 18:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.30
27.04.2026	17:00 - 18:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.30
04.05.2026	17:00 - 18:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.30
11.05.2026	17:00 - 18:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.30
18.05.2026	17:00 - 18:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.30
01.06.2026	17:00 - 18:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.30
08.06.2026	17:00 - 18:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.30
15.06.2026	17:00 - 18:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.30

22.06.2026	17:00 - 18:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.30
29.06.2026	17:00 - 18:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.30
06.07.2026	17:00 - 18:30 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.30

[zur Kursdetail-Seite](#)