

# Wu Qin Xi - Das Spiel der fünf Tiere

Kursnummer 26Z236024

---

Beginn Samstag, 07.11.2026, 10:00 - 17:00 Uhr

---

Dauer 1 Termin

---

Ort VHS Studienhaus, Raum 503

---

Dozent Dr. Qing Lu

---

Kursentgelt 47,00 €

---

Wu Qin Xi ist eine der ältesten Qigong-Formen und basiert auf Bewegungen, die von fünf Tieren inspiriert sind: Tiger, Hirsch, Bär, Affe und Vogel. Jede Tierform stärkt gezielt bestimmte Organsysteme und regt Vitalität, Beweglichkeit und Lebensfreude an. Der spielerische Charakter macht diese Form besonders abwechslungsreich und unterhaltsam.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung (Zwiebellook ist sinnvoll), warme Socken; es ist empfehlenswert, zirka 2 Stunden vor dem Unterricht nichts (Schweres) mehr zu essen.

## Kurstermine

**Datum Uhrzeit Ort**

---

07.11.2026 10:00 - 17:00 Uhr VHS Studienhaus, Raum 503

---

[zur Kursdetail-Seite](#)