# Qi-Gong im Rhythmus der Jahreszeiten

## Mit der Kraft des Metalls in den Herbst starten um Loszulassen und die Abwehrkräfte zu stärken

Kursnummer 27Z230192

Beginn Sonntag, 07.11.2027, 10:00 - 13:00 Uhr

Dauer 1 Termin(e)

Ort VHS Studienhaus, Raum 505

Dozent Helga Becker

Kursentgelt 20,00 €

Akupressur ist ein Teil der Chinesischen Medizin. Durch sanften Druck auf Punkt der Leitbahnen wird der Energiefluss in Gang gesetzt. Sie lernen an diesem Samstag die Lokalisation wichtiger Akupressurpunkte und verschiedene Techniken kennen. Es wird am Trainingspartner geübt und die Wirkung am eigenen Körper gespürt. Außerdem werden verschiedene Einsatzmöglichkeiten und Grenzen der Akupressur vorgestellt.

## Kurstermine

| Datum | Uhrzeit | Ort |
|---|---|---|
| 07.11.2027 | 10:00 - 13:00 Uhr | VHS Studienhaus, Raum 505 |

zur Kursdetail-Seite