



HOTEL

ab 7. Juni 2021

# Qigong im Eden-Park

Montags, 17.30–18.00 Uhr ausser 28. Juni, 23./30. August und 6. September



**Bewegungen, die Körper und Geist harmonisieren.** Qigong-Übungen schulen die Konzentration und Merkfähigkeit, verbessern die Selbstwahrnehmung, fördern Gleichgewichtssinn und Beweglichkeit und führen so zu einem besseren Körpergefühl. Die sanften Übungen erfordern keine besondere Kraftanstrengung und sind in jedem Alter möglich. Dieses Angebot ist kostenlos, eine Reservation nicht nötig. Bei Regen findet der Kurs nicht statt.

**Hotel EDEN im Park \*\*\*\*** Froneggweg 3, 4310 Rheinfelden, T+41 (0)61 836 24 24, [hoteleden.ch](http://hoteleden.ch)