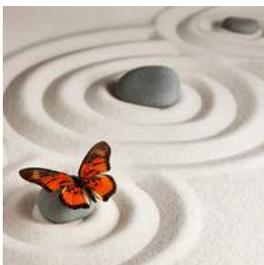


Event ohne Übernachtung

Qi Gong für einen gesunden Rücken

Gesundheitsprävention



Programm-Idee

* Gesundheitsmanagement * Gesunder Rücken * Verspannungen lösen * Muskulatur aufbauen * Bänder und Sehnen stärken * Gelassenheit erlangen * Das Immunsystem stärken * Spaß und Freude am Leben * Entspannte Menschen

Paket-Nummer: 0520932

Region:	📍	Gesamt-Deutschland
Verfügbarkeit:	📅	ganzjährig
Teilnehmer:	👤	1 - 20 Teilnehmer
Dauer:	🕒	1 Stunde
Mögliche Sprachen:	🌐	Deutsch
Preis inkl. MwSt:	💰	ab 500,00 € pauschal

Beschreibung

In der heutigen Zeit leiden viele Menschen unter Rückenschmerzen. Besonders bei sitzender Tätigkeit zum Beispiel im Büro. Mit kleinen und meditativen Übungen halten wir den Rücken geschmeidig und schmerzfrei. Diese Qi Gong Übungen lösen Verspannungen, senken den Muskeltonus, die Muskulatur wird aufgebaut, Bänder und Sehnen gestärkt. Es sind einfache Übungen, die leicht zu erlernen sind. Auch sehr gut für zwischendurch oder auch im Sitzen geeignet.

Event ohne Übernachtung

Qi Gong für einen gesunden Rücken

Gesundheitsprävention

Leistungen inkl.

- Qi Gong für einen gesunden Rücken

Wie Sie in 3 Schritten ein individuelles Angebot für diese Programm-Idee kostenfrei anfordern und offene Fragen klären können

www.hirschfeld.de - Paket-Nr. 0520932

