



QI GONG LES

Woensdag's 9:15 - 10:15 uur

Locatie: Huis van de Wijk De Pijp
2e Van der Helststraat 66

Docent: Ariëlle Brouwer

Qi Gong (tsjie koeng) is goed voor je gezondheid en welbevinden. Regelmatig oefenen activeert het zelfhelend vermogen van je lichaam, je wordt rustiger en komt meer in balans.

Er wordt gewerkt met langzame bewegingen, in combinatie met adem, klank en visualisatie en het bewust sturen van aandacht.

De lessen zijn toegankelijk voor iedereen, ervaring is niet nodig.

Ariëlle is getraind door Dr. Linda Bijtebier (Academ, medische qigong vlg Dr. Jerry Alan Johnson) en door Kong Mien Ho (Wuji Instituut), en volgde lessen bij o.a. Phoa (theaterschool).

Lesgeld: €30 per maand, losse les €10, proefles gratis.

Aanmelden: 06 15474850 of

mail@ariellebrouwer.nl



Ariëlle Brouwer Qi Gong Coaching Spel

www.ariellebrouwer.nl