



QIGONG

Meditation in Bewegung

Sanfte Bewegungen, tiefer Atem, stilles Gewahrsein.

Qigong ist Meditation in Bewegung – Kalligrafie mit dem Körper. Jede Geste schreibt eine Linie in den Raum, jede Haltung lässt Ruhe entstehen.

Im rhythmischen Fluss von Ein und Aus, von Öffnen und Schließen, finden Körper und Geist zurück in ihre Mitte.

Ob du zum ersten Mal Qigong erlebst oder bereits vertraut bist mit seinem stillen Tanz – du bist willkommen.

Hier geht es nicht um Leistung, sondern um Lauschen:
auf dich selbst, auf die Energie, die dich trägt,
auf den leisen Dialog zwischen Himmel und Erde in dir.
Komm, bewege dich achtsam, atme tief,
und entdecke die Schönheit der Langsamkeit.

Samstag, 28. Februar 2026, 14.00 - 18.00 Uhr

Bitte vorher um Anmeldung



*Klang
Farben*

Pamela Hüster
Steinstrasse 22
50374 Erftstadt-Lechenich
mobil +49 176 21 859 373