



# Einladung



## zum Qi-Gong - Kurs

**Beginn Dienstag, 12. März 2019  
von 19:00 bis 20:00 Uhr  
im Kulturraum des Gemeindeamtes**

In der heutigen Zeit, werden die Menschen täglich mit Stress konfrontiert. Stress lässt sich nicht einfach abstellen, es ist jedoch möglich, Stress wirksam zu verringern.

Qi-Gong ist so eine Möglichkeit – es dient der Gesunderhaltung und der Kräftigung unserer Lebensenergie. Die Übungen helfen Krankheiten vorzubeugen, das Immunsystem und die körpereigenen Selbstheilungskräfte zu aktivieren und zu stärken. Verspannungen im Körper lösen sich und ein harmonisches Gleichgewicht wird herbeigeführt.

**Jeweils an 9 aufeinander folgenden Abenden**

12., 19. und 26.03.2019  
02., 09., 23. und 30.04.2019  
07. und 14.05.2019

Einzelkurse € 10,- der gesamte Block (alle 9 Std.) € 80,-

**Kursleiter: Günther Hofbauer, MSc**

Anmeldung BITTE unter 0650/6038334 direkt beim Kursleiter

**Bei Schönwetter werden im Juni 4 Sondertermine im Garten der Pfarre  
Tulbing angeboten.**



Auf eine zahlreiche Teilnahme freut sich Ihr „GESUNDES TULBING“

Mit freundlichen Grüßen

Anna Haider  
Vizebürgermeisterin