

Einladung zum fortlaufenden Kurs für Krebspatienten

IDOGO® Qi Gong

Qi Gong ist eine jahrtausendealte Praxis, die Körper und Geist in Einklang bringt. Mit dem speziellen IDOGO®-Übungsstab können Sie Ihre Beweglichkeit, Atmung und Energiefluss effektiv verbessern. Es ist ideal für Menschen jeden Alters. Schon wenige Minuten täglich reichen aus, um spürbare Verbesserungen zu erzielen.

Wissenschaftliche Ergebnisse:

Studien haben gezeigt, dass Qi Gong die Lebensqualität von Krebspatienten signifikant verbessert und bei der Linderung von Fatigue, einem der häufigsten Begleiterscheinungen bei Krebserkrankungen, hilft. Teilnehmer berichten über mehr Energie und eine gesteigerte Lebensqualität.

Was erwartet Sie im Kurs?

- Verbesserung der Körperhaltung
- Reduktion von Verspannungen und Schmerzen
- Optimierung der Atmung und Steigerung des Wohlbefindens
- Linderung von Fatigue und Steigerung des Energielevels und der Lebensqualität
- Einfache Übungen für den Alltag

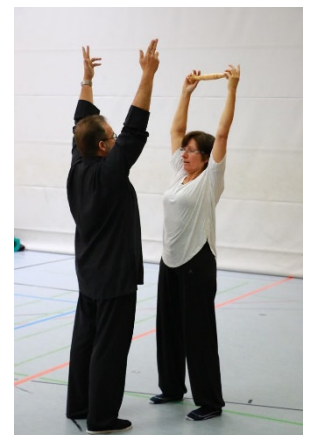
Wir treffen uns immer donnerstags um 16 Uhr für 1 Stunde im Gruppenraum der Krebsberatungsstelle in der St. Josefsklinik in der Weingartenstraße 70 in Offenburg. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Der Kurs ist fortlaufend und bietet die Möglichkeit, jederzeit einzusteigen. Bis Sie sich entscheiden, einen eigenen Stab anzuschaffen, können Sie sich einen ausleihen. Die Teilnahme ist kostenlos, Anmeldung erforderlich.

Dozent:

Henry Mayer, Übungsleiter IIDA, IDOGO QI-GONG

Anmeldung über das Sekretariat der Krebsberatungsstelle:
unter 0781-472 2590 oder
per mail: info@krebsberatung-ortenaus.de

Kommen Sie vorbei und erleben Sie die wohltuenden Effekte selbst!



Träger:



Förderung gem. § 65e SGB V durch:

