



## Aktive Entgiftung im Herbst



### Mit Qi Gong

### und Allerlei aus dem Chinesischen Topf

Allentsgschwendt, 15. & 16.10.2022

Vereinshaus „Alte Schule“ Allentsgschwendt 39 3522 Lichtenau

Mit Tanja Thiry

Dieses Wochenende gehört UNS und unserem WOHLGEHÜHL.  
Der Herbst ist eine kraftvolle Zeit und zudem optimal, um unserem Körper eine innere Reinigungsphase zu gönnen, damit er gestärkt der kalten Jahreszeit entgegentreten kann.

Ausgesuchte Qi Gong Übungen regen die innere Entgiftung an.

Weiters erfreuen wir unseren Gaumen mit einer Traditionellen Chinesischen Kraftsuppe, die wir gemeinsam zubereiten – und natürlich auch gemeinsam am Sonntag genießen werden.

Es braucht für die Qi Gong Übungen keinerlei Vorkenntnisse. Einzig allein zählt die Freude an Bewegung, Entspannung, Meditation und harmonischen Zusammensein, inmitten der berauschend schönen Natur des Waldviertels.

**Anmeldung & Infos:**

**Unterrichtszeiten:**

**Kostenbeitrag:**

**Platzreservierung:**

**Bitte mitbringen:**

**Tanja Thiry Mail: [thirytanja@gmail.com](mailto:thirytanja@gmail.com)**

**9.30 – 12.00 & 14.00 – 17.00**

**250.- Euro Plus ein aufgeteilter Zusatzbeitrag für unsere Nahrungsmittel**

**Tanja Thiry – Alle weiteren Infos erhältst du bei der Anmeldung.**

**Hausschuhe, lockere Kleidung und Schreibzeug**