

Gesundheits-Qigong Acht Brokade (Ba Duan Jin)

Kurs II

Das Gesundheits-Qigong „Acht-Brokate (Da Duan Jin)“

Kursleiterin: Dr. med. Zhihong Zhang

Kursort: Kursraum, Arztpraxis Dr.med. Zhihong Zhang,
Schiffberg 15, 89073 Ulm

Termin: Sa. 10. Okt. 2026 v. 8:30-13:30 Uhr

Kursgebühr: 110 € p. P. Max. 8 Teilnehmer.
Refresher 80€ p. P.

Anmeldung: Privatarztpraxis für TCM und Akupunktur Dr.
med. Zhihong Zhang

Email: kontakt@dr-zhang.de **Telefon:** 0731 14050881

Bitte überweisen Sie bei der Anmeldung 110€ an:

Dr. Zhihong Zhang, Sparkasse Ulm

IBAN: DE91 6305 0000 0021 3794 59

(Achtung: neue Bankverbindung)

Gesundheits-Qigong Ba Duan Jin Acht-Brokade

Gesundheits- Qigong

„Acht-Brokate (Da Duan Jin)“



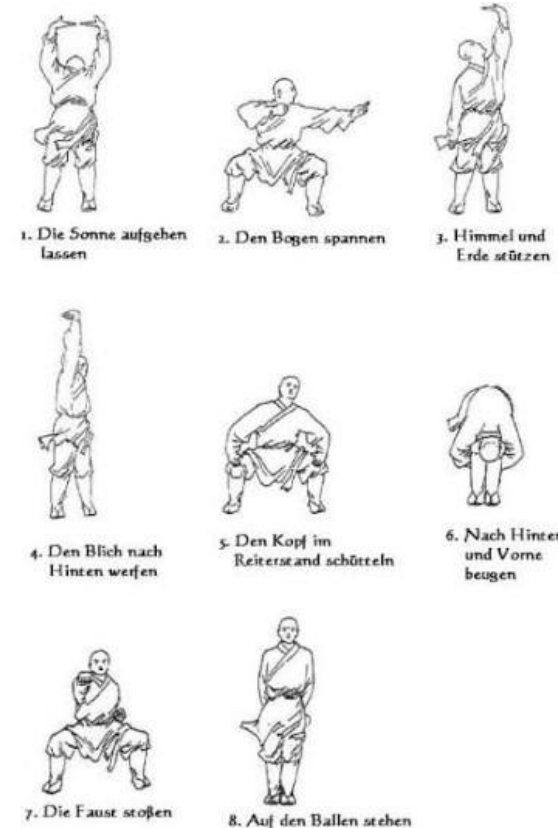
Gesundheits-Qigong Acht Brokade (Ba Duan Jin)

Kurs II

Das Gesundheits-Qigong „Acht-Brokate (Da Duan Jin)“

Die leicht erlernbaren Brokaten-Übungen zählen zu den ältesten und den meist praktizierten Qigong-Übungen auf der Welt. Sie bestehen aus 8 edlen, sanften, fließenden und dynamischen Übungen. Jede Übung ist eine Abfolge von Anspannungen und Entspannungen. Sie stärken nicht nur den gesamten Körper und die Wirbelsäule, sondern bauen auch Muskulatur und Knochen, sowie Sehnen und Bänder auf. Jede Übung regt ein Organ oder mehrere Organe an und verbessert die Funktionen der inneren Organe. Durch regelmäßiges Üben wird die Körperhaltung und Körperwahrnehmung verbessert. Sie bieten Anfängern einen guten Einstieg in die Bereiche Qigong und Taiji an.

Gesundheits-Qigong Ba Duan Jin Acht-Brokade



Gesundheits- Qigong

„Acht-Brokate (Da Duan Jin)“

