

TAO YOGA BASISKURSE

Das Heilende Tao ist ein Übungssystem, das dir die harmonische Entfaltung deiner körperlichen, seelischen und geistigen Fähigkeiten ermöglicht.

Mit Hilfe verschiedener chinesischer Meditations- und Energietechniken lernst du, deine Kräfte zu mehren, Spannungen abzubauen, die Gesundheit zu verbessern sowie andere und dich selbst zu heilen. So schaffst du ein solides Fundament an Gesundheit und Wohlbefinden im physischen und psychischen Bereich und förderst damit deine Vitalität und Ausdruckskraft. Im Basiskurs lernst du «Das innere Lächeln», «Die 6 heilenden Laute», «den Energiekreislauf», «Das Eisenhemd Qi Gong» sowie «Die Chi-Selbstmassage».

Daten 2019: Frühlingskurs 11./12. Mai, Herbstkurs 19./20. Oktober

Wochenendkurs

Jeweils Samstag | Sonntag:
10–13 Uhr und 14–17 Uhr

Preis | Wochenende

CHF 360.– (die Wochenenden haben den selben Inhalt)

Ort

Thunstrasse 22, 3005 Bern

Anmeldung

Telefonisch oder per E-Mail

Weitere Tao Yoga-Kurse
auf praxis-biner.ch

Praxis Biner

Thunstrasse 22 | 3005 Bern
Telefon/Fax 031 352 86 34
info@praxis-biner.ch
praxis-biner.ch