Ervaar de ontspanning van Qigong

StudioSeiza Qigong

Zondag 11 januari 2026 van 09:30 tot 10:45 uur

Over 4 weken

Leuvenheim

Arnhemsestraat 117, Leuvenheim

Terugkerende activiteit

Wekelijks op zondag tot en met 5 juli 2026

Wil je meer bewegen, je goed voelen in je lichaam en meer ontspanning ervaren? Dan is Qigong precies wat je nodig hebt.

Qigong brengt je lichaam en geest in evenwicht door zachte, ontspannen beweging vanuit een staande houding. Qigong kan ook goed zittend gedaan worden en is daardoor zeer geschikt om herstel te bevorderen of als je chronische klachten hebt.

- Qigong is stress verlagend
- Qigong ontspant je geest
- Qigong maakt je lichaam soepel en sterk
- Qigong verbetert je concentratie,
- Qigong verbetert je balans en je houding
- Qigong versterkt je weerstand
- Qigong is geschikt ongeacht je leeftijd of conditie

Op zondag van 9:30 – 10:45 uur bij 't Buurthuis Leuvenheim, Arnhemsestraat 117 6974AH in Leuvenheim. Start 11 januari 2025.

Een proefles (op afspraak) is gratis, je bent van harte welkom.

Stuur me voor meer informatie een Whatsapp- of Signalberichtjes: 06-24554468, dan neem ik zo snel mogelijk contact op. Of neem een kijkje op www.studioseiza.nl/qigong-lessen.

Groetjes,

Jenneke Kempes

Dorp

Leuvenheim, Alle dorpen

Ga voor meer informatie naar
buurtkanaal.nl/agenda

Ervaar de ontspanning van... 11-01-2026 / 09:30 - 10:45 Arnhemsestraat 117

Ervaar de ontspanning van... 11-01-2026 / 09:30 - 10:45 Arnhemsestraat 117

Ervaar de ontspanning van... 11-01-2026 / 09:30 - 10:45 Arnhemsestraat 117

Ervaar de ontspanning van... 11-01-2026 / 09:30 - 10:45 Arnhemsestraat 117

Ervaar de ontspanning van... 11-01-2026 / 09:30 - 10:45 Arnhemsestraat 117

Ervaar de ontspanning van... 11-01-2026 / 09:30 - 10:45 Arnhemsestraat 117

Ervaar de ontspanning van... 11-01-2026 / 09:30 - 10:45 Arnhemsestraat 117

Ervaar de ontspanning van... 11-01-2026 / 09:30 - 10:45 Arnhemsestraat 117

Ervaar de ontspanning van... 11-01-2026 / 09:30 - 10:45 Arnhemsestraat 117

Ervaar de ontspanning van... 11-01-2026 / 09:30 - 10:45 Arnhemsestraat 117

Ervaar de ontspanning van... 11-01-2026 / 09:30 - 10:45 Arnhemsestraat 117

Ervaar de ontspanning van... 11-01-2026 / 09:30 - 10:45 Arnhemsestraat 117

Ervaar de ontspanning van... 11-01-2026 / 09:30 - 10:45 Arnhemsestraat 117