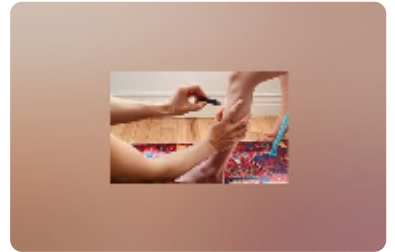


Ontdek de kracht van Moxa in de Winter

StudioSeiza Qigong



Zondag 4 januari 2026 van 11:15 tot 13:15 uur

Over 3 weken



Buurthuis Leuvenheim

Arnhemsestraat 117, Leuvenheim

Moxa wordt van oudsher gebruikt als aanvulling op acupunctuur of tui-na massage. Het is een eeuwenoude techniek, waarbij gedroogde Bijvoet (Artemisia) wordt gebruikt om acupuncten te verwarmen. Moxa brandt intens warm en geeft lang weldadige infrarode straling af. Het wordt voornamelijk therapeutisch ingezet bij 'leegte' of koude symptomen en bij pijnklachten zoals:

- vermoeidheid
- gebrekkige weerstand
- slapeloosheid
- hoofdpijn
- hooikoorts
- reuma/artritis
- rugklachten
- spierpijn en stijfheid
- chronisch koude ledematen

Wat leer je in deze workshop?

Na deze workshop:

- Kan je 2 Moxa-protocollen bij jezelf of een gezinslid uitvoeren, één voor het versterken van de weerstand en één tegen vermoeidheid, die je verwarmende, nieuwe energie geeft.
- Kan je de acupuncten vinden die horen bij de moxa-protocollen.
- Weet je de werking van deze acupuncten.
- Kan je een moxa-stick veilig gebruiken.
- Ken je de contra-indicaties: wanneer gebruik je géén moxa of acupunct.
- Kan je alles nazoeken in de hand-out.

Kosten

€35, te voldoen voorafgaand aan de workshop

Moxa is verkrijgbaar in heel handzame rookarme sticks, die gemakkelijk thuis te gebruiken zijn. Tegen contante betaling kan je deze na afloop aanschaffen. Bij de workshop zelf is het gebruik van een moxastick inbegrepen.

Locatie

Buurthuis Leuvenheim, Arnhemsestraat 17, 6974AH, Leuvenheim

Contact

Ga voor meer informatie naar
buurtkanaal.nl/agenda