

Qigong im Park

Training für Körper, Atem und Geist

19. Mai bis 15. September 2023

Jeden Freitag, 9-10 Uhr

Park beim Stockalperschloss, Brig

Kostenloses
Angebot für Ihre
Gesundheit



Qigong im Park

Bewegung ist der Schlüssel zur Gesundheit. Gerade in der aktuellen Zeit sind Aktivitäten im Freien wichtig – sie beleben den Geist und stärken das Immunsystem. «Qigong im Park» lädt Sie ein, durchzuatmen und Ihre Lebensenergie zu wecken. Das öffentliche Angebot richtet sich an Menschen jeden Alters und ist kostenlos.

Mit dem Projekt «Qigong im Park» wollen die Rheumaliga Bern und Oberwallis sowie die Pro Senectute Kanton Wallis einen konkreten Beitrag zur Gesundheitsförderung und Prävention leisten.

Das «Qigong im Park» findet bei jedem Wetter statt. Bequeme, wetterangepasste Kleidung ist alles, was Sie mitbringen müssen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Bitte benutzen Sie für die Anreise den öffentlichen Verkehr. Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Weitere Informationen:

www.rheumaliga.ch/be

Tel. 031 311 00 06

Ein Angebot von:



Mit freundlicher Unterstützung von:

