

Qi - Gong

*Ist eine sanfte Art der konzentrierten
Bewegung.*

*Sie regt die lebendige Harmonie
Zwischen Geist und Körper an.*

*Aus dieser Harmonie entspringt
Lebensfreude,*

in dieser Harmonie findet man zu

Ruhe und Entspannung,

durch diese Harmonie werden

Körper und Geist gestärkt.

*Qi - Gong wird auf diese Weise zur Basis
von Gesundheit und Kraft.*

*Beginne Heute damit, den die Wirkung
setzt je nach Harmonie deines Körpers
sofort oder später ein.*

*„ Eine Reise von tausend Meilen beginnt mit
einem Schritt “*

(Chinesisches Sprichwort)