

# Qigong bei Krebserkrankungen

*Sich stärken mit Qigong und  
das innere und äußere Gleichgewicht (wieder) finden*

*Eva Uhrmann Qigong Lehrerin*

**Neuer Kurs im Herbst ab Mittwoch 20.09.2017**  
**10 Einheiten**

Eine Krebsdiagnose verändert das Leben. Vieles gerät aus dem Gleichgewicht. Qigong ist eine uralte chinesische Methode, die jedem Menschen ermöglicht seine eigene Mitte zu finden, sich immer wieder neu auszurichten und das innere und äußere Gleichgewicht zu pflegen.

## **Qigong Informationen:**

Qigong Übungen sind sanfte Bewegungs- Entspannungs- und Atemübungen. Qigong stärkt das Immunsystem, reguliert und harmonisiert den Energiefluss im ganzen Körper. Die vertiefte Atmung bewirkt eine bessere Versorgung des Körpers mit Sauerstoff und Energie.

Frei übersetzt bedeutet Qigong „Beschäftigung mit der Lebensenergie“

Sie lernen Übungen die sie in jeder Lebenssituation anwenden können, besonders hilfreich sind sie für Krebspatienten begleitend vor, während und nach der ärztlichen Behandlungen. Qigong stärkt die eigene Wahrnehmung, hilft sich zu entspannen und zentrieren, und verbessert die Lebensqualität.

## **Ort und Termin**

im **Kath. Pfarrheim, Baldestr. 18, Ebersberg**, im kleinen Saal  
vom **20. Sept bis 29. Nov 2017**,  
jeweils **Mittwoch von 10:00 h bis 11:15 h**  
10 Einheiten à 75 Minuten  
Preis pro Person **120,00 €**  
( die Kosten können bei den gesetzlichen Krankenkassen eingereicht werden )

**Anmeldung und Rückfragen** bitte per

Tel. 08092 851566 oder

Mail: [info@natur-und-qigong.de](mailto:info@natur-und-qigong.de)

weiter Infos: [www.natur-und-qigong.de](http://www.natur-und-qigong.de)