

Qigong bei Krebserkrankungen

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

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 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.

Qigong ist 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 den ärztlichen Behandlungen.

Qigong stärkt die eigene Wahrnehmung,
hilft sich zu entspannen und zentrieren,
und verbessert die Lebensqualität.