

Schlafen und Schlafen-Qigong



Rund ein Drittel seines Lebens schläft der Mensch, mehr oder weniger tief und fest. Inwieweit wir diese Zeit dazu nutzen können mit Hilfe des Schlaf-Qigong die Lebensenergie Qi zu bewahren und zu pflegen, darum geht es am Donnerstag, den 19.04.2018 beim Offenen Treff Leib und Seele im Burgdorfer Mehrgenerationenhaus. Referentin ist Gabriele Eichler, Qigong-Kursleiterin.