



# Qigong – Kurs mit Lioba Nork

Dieses besondere Kursangebot bieten wir exklusiv für unsere Mitgliedern an!

Mit Lioba Nork erlernen und üben wir aufeinander abgestimmte Bewegungen zur Verbesserung von Körpergefühl, Gleichgewichtssinn und Beweglichkeit.

Der Kurs ist geeignet für Einsteiger und Wiedereinsteiger.

**Termin:** **Montags, 19:00 – 20:00 Uhr**  
ab 15.11.2021 10 Abende

**Ort:** **Boxraum über dem JUZ**  
am Marktplatz, Holzkirchen

**Kosten:** **Mitglieder: 10 EUR**  
Die Bezahlung erfolgt in bar bei der Kursleiterin

Bitte mitbringen: Matte, bequeme Kleidung, Sitz- oder Yogakissen

Anmeldung: Bei Christine Zimmermann telefonisch  
Tel. 08041 41894 oder per e-mail:  
christl@zimmermann-toelz.com

Alle aktuellen Informationen zu unserem gesamten Programm finden sich auf [www.sportfit-holzkirchen.de](http://www.sportfit-holzkirchen.de)