Ontdek de kracht van Qigong

Qigong

Donderdag 5 februari 2026 van 19:30 tot 20:30 uur

Over 2 maanden

MFC 'de Korre'

Ghistelkerke 1A, Breskens

Terugkerende activiteit

Wekelijks op donderdag tot en met 2 april 2026

Ben je op zoek naar een zachte bewegingsvorm die niet belastend is voor spieren en gewrichten of ben je op zoek naar innerlijk evenwicht, dan is Qigong misschien iets voor jou. Qigong is een Chinese oefenmethode gericht op het verbeteren van de gezondheid. Door te werken met de qi ofwel de vitale levens energie. De langzame bewegingen op de ademhaling brengen Lichaam en geest in balans. Noem het meditatief bewegen.

Heb je interesse, kom dan eens langs en doe een keer vrijblijvend mee, ervaar zelf wat bewegen met zachtheid en aandacht je kan brengen.

Voor meer info kun je mailen naar vjoostendanen@gmail.com Zou leuk zijn je eens te ontmoeten Vanessa J.D

Waar

Breskens

Waarover

Gezondheid, Sport en bewegen

Voor wie

Volwassenen

Dag van de Week

Donderdag

Ga voor meer informatie naar
samensluis.nl/agenda

Ontdek de kracht van Qigo... 05-02-2026 / 19:30 - 20:30 Ghistelkerke 1A

Ontdek de kracht van Qigo... 05-02-2026 / 19:30 - 20:30 Ghistelkerke 1A

Ontdek de kracht van Qigo... 05-02-2026 / 19:30 - 20:30 Ghistelkerke 1A

Ontdek de kracht van Qigo... 05-02-2026 / 19:30 - 20:30 Ghistelkerke 1A

Ontdek de kracht van Qigo... 05-02-2026 / 19:30 - 20:30 Ghistelkerke 1A

Ontdek de kracht van Qigo... 05-02-2026 / 19:30 - 20:30 Ghistelkerke 1A

Ontdek de kracht van Qigo... 05-02-2026 / 19:30 - 20:30 Ghistelkerke 1A

Ontdek de kracht van Qigo... 05-02-2026 / 19:30 - 20:30 Ghistelkerke 1A

Ontdek de kracht van Qigo... 05-02-2026 / 19:30 - 20:30 Ghistelkerke 1A

Ontdek de kracht van Qigo... 05-02-2026 / 19:30 - 20:30 Ghistelkerke 1A

Ontdek de kracht van Qigo... 05-02-2026 / 19:30 - 20:30 Ghistelkerke 1A

Ontdek de kracht van Qigo... 05-02-2026 / 19:30 - 20:30 Ghistelkerke 1A

Ontdek de kracht van Qigo... 05-02-2026 / 19:30 - 20:30 Ghistelkerke 1A

Ontdek de kracht van Qigo... 05-02-2026 / 19:30 - 20:30 Ghistelkerke 1A