



## Qigong – Lebenspflege

Donnerstags von 11.30-12.30 Uhr  
im Anhaltspunkt, Ida Sträuli-Strasse 91

Qigong vereint Körper, Geist und Seele. Durch Entspannung, Bewegung und Öffnung kann die Lebensenergie freier fließen und sich erneuern. Das fördert Wohlbefinden und Gesundheit, Zufriedenheit und Gelassenheit. Menschen mit und ohne Qigong-Erfahrung und in jedem Lebensalter sind herzlich willkommen. Mehr unter: [www.anhaltspunkt-neuhegi.ch](http://www.anhaltspunkt-neuhegi.ch)

**Leitung:** Astrid Brütsch Curfi, dipl. Qigong-Lehrerin SGQT

**Kurs 2021-1 (8-teilig):** 14.01., 21.01., 28.01., 04.02., 25.02., 04.03., 11.03., 18.03.  
Kosten: CHF 100 für ganzen Kurs

Verbindliche Anmeldung bis 15. Dez. 2020 an [anhaltspunkt@kath-winterthur.ch](mailto:anhaltspunkt@kath-winterthur.ch)

**Kurs 2021-2 (8-teilig):** 25.03., 01.04., 08.04., 15.04., 22.04., 20.05., 27.05., 03.06.  
Kosten: CHF 100 für ganzen Kurs

Verbindliche Anmeldung bis 15. März 2021 an [anhaltspunkt@kath-winterthur.ch](mailto:anhaltspunkt@kath-winterthur.ch)