

# Qi Gong: Neuer Kursus beginnt

RHEINE. Ab Montag, 4. April, bietet der Verein Taiji Dao Rheine einen neuen Qi-Gong-Kursus mit zehn Unterrichtseinheiten an. Sie finden montags von 18.30 bis 20 Uhr statt und bieten die Möglichkeit, einige Basisübungen aus verschiedenen Qi-Gong-Systemen für sich zu entdecken. Der Physiotherapeut und Taiji Dao & Qi Gong-Lehrer Christian Wiese führt jeden Teilnehmer individuell an Qi Gong heran. Dieser Kurs

ist geeignet für Interessierte jeden Alters, die ihre Gesundheits- und Lebensqualität verbessern und tiefgreifend ändern möchten. Die Übungen des „Stillen & Bewegten Qi Gong“ sind Jahrhunderte alte chinesischen Übungen, die auch fester Bestandteil der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) sind. Diese Inhalte finden sich dann – aufbauend unter Leitung von Christian Wiese – in den ganzjährigen Unterrichten des Taiji Dao Rheine wie-



„Stehen wie ein Kiefer“ heißt diese Übung, die Qi Gong-Lehrer Christian Wiese hier vorführt.

der. Der Kursus findet in der Sporthalle der Grüter-Schule Rheine an der Mittelstraße 41 statt. Die Kosten werden unter bestimmten Umständen von der Krankenkasse übernommen. Nähere Infos zum Taiji Dao & Qi Gong im Internet unter [www.rheines-taiji.de](http://www.rheines-taiji.de) oder unter ☎ 01 73-511 06 01.