

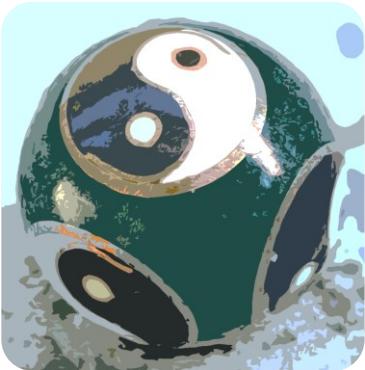


# VfB Hermsdorf e.V.

Abteilung Turnen und Gymnastik



# Qigong



kombiniert sanfte Bewegung, Atemtechnik und Konzentration, um die Lebensenergie – das sogenannte „Qi“ – zu harmonisieren und zu stärken.

Ein Spezialangebot mit Zusatzbeitrag  
dienstags mit Silke  
von 18:15 bis 19:15 Uhr  
im Gymnastikraum  
der Gustav-Dreyer-Schule  
Freiherr-vom-Stein-Straße 31

**Neu jetzt auch  
am Donnerstag  
von 11:00 bis 12.00 Uhr  
in unserer Vereinssporthalle Am Ried 1**

Anmeldung: [Qigong-hermsdorf@gmx.de](mailto:Qigong-hermsdorf@gmx.de)