



An alle, die ihre eigene **Oase der Entspannung** erschaffen wollen:

# Möchtest du mehr Entspannung in deinem Alltag? Möchtest du dir mehr Oasen der Ruhe schaffen?

In diesem Workshop erfährst du, wie du mit den **Übungen für den Alltag** deine eigene **Oase der Entspannung** und **Ruhe** schaffst. Diese acht Übungen helfen dir, bereits nach kurzer Zeit, die **positiven Auswirkungen** von **Qigong** zu spüren. Es ist mir eine **Herzensangelegenheit**, dir den **Zugang zu Qigong** zu **öffnen**, um **stressfreier, bewusster** und **entspannter** den Alltag zu **geniessen**.

**Möchtest du dir deine eigene Oase der Ruhe erschaffen?**

Dann melde dich gleich an: **076 217 98 88**

**Petra Züger | Dipl. Qigong-Lehrerin**  
info@qi-oase.ch

