



15.05 – 17.05.2020 WALD – QIGONG

Waldbaden und QiGong im Schlaubetal

Die Schlaube schlängelt sich im Osten Brandenburgs verträumt durch wildromantische Täler, sumpfige Wiesen und weite Wälder. Mit ihrem klaren Wasser speist sie Seen und Mühlen aus vergangenen Zeiten. Wir praktizieren in dieser malerischen Umgebung. Übungen aus dem „Shinrin-Yoku“ (jap. Waldbaden) werden unterwegs mit Elementen des jahreszeitlich angepassten QiGong bereichert. Freue Dich u.a. auf eine 12 bis 15 km lange geführte Wanderung am Samstag. Vegetarisches 5-Elemente-Abendessen und kleine QiGong-Einheiten morgens bzw. abends runden am Freitag und Samstag das Erleben ab.

Anja
Lindner
ruhig blut Berlin
(030) 48628946
info@ruhig-
blut.com



Elisabeth
Scholz-Mertzdorff
Zentrum für innere
Harmonie
Beeskow
(03366) 520106
info@elemente-in-
harmonie.de

PREISE

165,00 Mitglieder/
175,00 Nicht-Mitglieder
(ohne Übernachtung
und Mittagessen)

ÜBERNACHTUNGEN

bitte selbstständig im
Bootshaus Beeskow
(www.bootshaus.de)
buchen. Zimmer sind
dort bereits bis Januar
2020 vorreserviert.

SEMINARZEITEN

Fr ab 18.00 Uhr
bis So ca. 14.00 Uhr

WIR BENÖTIGEN

Wettergerechte
Kleidung und
Schuhwerk, kleinen
Rucksack für
Trinkflasche/ Picknick,
Sitzkissen/ kleine
Decke, Regensachen,
kleines Handtuch

VERANSTALTUNGSORT

Zentrum für innere
Harmonie

Gartenstraße 2
15848 Beeskow
www.elemente-in-harmonie.de

Anmeldung

Anja Lindner
030/ 48628946
Email: info@ruhig-blut.com