

prisma gGmbH Fachstelle Sucht und  
Suchtprävention  
Ihmeplatz 4, 30449 Hannover  
Tel. 0511 92 1750

**Termine:** 10 Termine, jeweils donnerstags

09.11.2017, 16.11.2017, 23.11.2017, 30.11.2017,  
07.12.2017, 14.12.2017 – Weihnachtspause –  
04.01.2018, 11.01.2011, 18.01.2018, 25.01.2018

**Uhrzeit:** 17.00 – 18.00 Uhr

**Kosten :** 80 Euro für den gesamten Kurs

# QI GONG

## Den Kopf frei bekommen

Mit unserem Gruppenangebot bieten wir Ihnen die Möglichkeit, durch die chinesische Gesundheitsmethode Qi Gong, Elementen aus dem Yoga und Atemtraining positiven Einfluss auf Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden zu nehmen.

Schalten Sie vom Alltag ab und reduzieren Sie ihren Stress.  
Das Angebot ist für alle Altersgruppen geeignet und setzt keine besondere Sportlichkeit voraus. Sie benötigen nur flache Schuhe, Turnschuhe, Gymnastikschuhe oder Stoppersocken.

Die Übungen werden von Sabine Fischer-Ward, Trainerin für Qi Gong angeleitet.

prisma gGmbH  
Ihmeplatz 4, 30449 Hannover  
0511 921750  
Qi Gong

prisma gGmbH  
Ihmeplatz 4, 30449 Hannover  
0511 921750  
Qi Gong

prisma gGmbH  
Ihmeplatz 4, 30449 Hannover  
0511 921750  
Qi Gong

prisma gGmbH  
Ihmeplatz 4, 30449 Hannover  
0511 921750  
Qi Gong

prisma gGmbH  
Ihmeplatz 4, 30449 Hannover  
0511 921750  
Qi Gong

prisma gGmbH  
Ihmeplatz 4, 30449 Hannover  
0511 921750  
Qi Gong

prisma gGmbH  
Ihmeplatz 4, 30449 Hannover  
0511 921750  
Qi Gong

prisma gGmbH  
Ihmeplatz 4, 30449 Hannover  
0511 921750  
Qi Gong

prisma gGmbH  
Ihmeplatz 4, 30449 Hannover  
0511 921750  
Qi Gong

Prisma gGmbH  
Ihmeplatz 4, 30449 Hannover  
0511 921750  
Qi Gong

Prisma gGmbH  
Ihmeplatz 4, 30449 Hannover  
0511 921750  
Qi Gong