



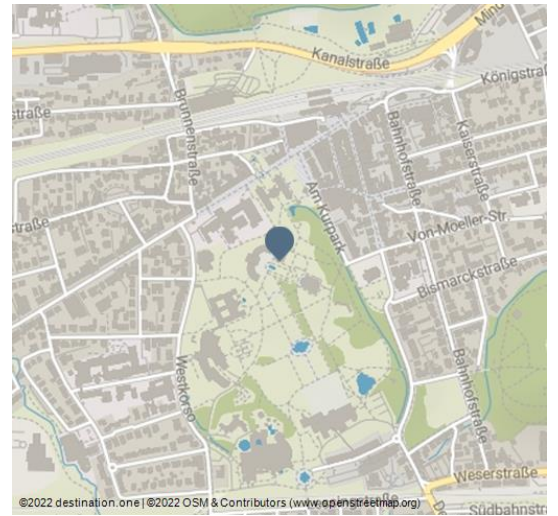
# Qi-Gong mit Cordula Theine

Wellness und Gesundheit

Erholung



Cordula Theine - © Peter Hübbe



Qi Gong ist - nach traditioneller chinesischer Medizin - das Arbeiten mit Energien. In meinen Kursen aktivieren wir über Körperhaltungen, Bewegungsübungen, Atmung und Vorstellungskraft jene Energien, die für Entspannung und die Regulation des Immunsystems so wichtig sind. Das steigert das Wohlbefinden und gibt Kraft für den Alltag. Die sanften Qi Gong-Übungen erfordern keine besondere Kraftanstrengung und sind in jedem Alter möglich. Als begleitende Therapie sind sie empfehlenswert bei Rückenschmerzen, Haltungsschäden, Gelenkproblemen, bei Stress, Schlafstörungen und Müdigkeit, bei Kopfschmerzen, Reizmagen und Reizdarm, bei Bluthochdruck und Kreislaufproblemen. Außerdem dienen sie der Gesunderhaltung im Alter und in den Wechseljahren dem körperlichen und geistigen Ausgleich.

Als Leiterin des Gesundheitszentrums "Der Lebensbaum" lehre ich seit 30 Jahren mit Leidenschaft Qi Gong. Weiterhin bin ich in den Bereichen Meditation, Ayurveda, Ernährung und TCM ausgebildet. Überdies arbeite ich als Sport- und Tennislehrerin und Mental Coach.

**Treffpunkt:** Tourist Information im Kurpark

**Treffpunkt bei Regen:** Glashaus auf der Aqua Magica

**1. Abend-Kurs:** freitags: 28.04. bis 02.06. [18 Uhr]

**1. Morgen-Kurs:** samstags: 29.04. bis 03.06. [9 Uhr]

**2. Abend-Kurs:** freitags: 07.07. bis 11.08. [18 Uhr]

**2. Morgen-Kurs:** samstags: 08.07. bis 12.08. [9:00]

**Schnupperkurse:**

## Adresse:

Im Kurpark  
32545 Bad Oeynhausen

☎ 05731 1300

🏠 [www.staatsbad-oeynhausen.de/](http://www.staatsbad-oeynhausen.de/)

✉ [tourist-information@badoeynhausen.de](mailto:tourist-information@badoeynhausen.de)



QR-Code scannen und diese Seite offline speichern, mit Freunden teilen und mehr.

<https://s.et4.de/qFPKd>

Quelle: destination.one

ID: k\_8186

Zuletzt geändert am 28.01.2024, 10:42

Fr: 21.04. [18:00 Uhr],

Sa: 22.04. [9:00 Uhr],

Fr: 30.06. [18:00 Uhr],

Sa: 01.07. [9:00 Uhr]

**Dauer:** 60 Minuten