PRO SENECTUTE
GEMEINSAM STÄRKER

Weitere Infos und Anmeldung

# Qi-Gong

QiGong hat seinen Ursprung in der traditionellen chinesischen Medizin (TCM). Die einfachen, ruhigen QiGong-Übungen dienen zur Anreicherung und Harmonisierung der Lebensenergie, dem sogenannten Qi. Nachweislich haben sie positive Auswirkungen auf das Nerven-, Gefäss- und Immunsystem sowie auf den Verdauungstrakt. Sie sind leicht lernbar und es braucht keine Vorkenntnisse.

| | |
|---|---|
| **Angebot:** | 26-2-86015-446 |
| **Termine:** | 01.09.2026 - 15.12.2026<br>14 x Di 16:15 - 17:15 |
| **Ausfalltage:** | 22.09.2026, 08.12.2026 |
| **Leitung:** | Monika Schwaller |
| **Ort:** | Pro Senectute Kanton Luzern, Maihofstrasse 76, 6006 Luzern, Bewegungsraum EG |
| **Kosten:** | CHF 364.00 |

Dieses Angebot ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil es in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördert.

Kursteilnehmende können dank der QualiCert-Zertifizierung bei ihrer Krankenkasse Beiträge zu den Kurskosten geltend machen. Dieses Gütesiegel steht für hohe Kompetenz und Seriosität und macht gesundheitsfördernde Aktivitäten noch attraktiver.

Pro Senectute Kanton Luzern
Bildung+Sport
Maihofstrasse 76 – 6006 Luzern – Telefon 041 226 11 99
bildung.sport@lu.prosenectute.ch – lu.prosenectute.ch

Spendenkonto
CH86 8080 8005 7958 7261 9