

Online-Kurse mit Qigong und Tai-Chi

Aufgrund der Coronapandemie bietet inBalance als Alternative zu Präsenzseminaren verschiedene Qigong- und Tai-Chi-Online-Kurse für Interessierte an, die gerne weiterhin aktiv etwas für Gesundheit und Bewegung tun möchten und Lust haben, etwas Neues auszuprobieren.

Für die Teilnahme an den Online-Kursen, die live im Internet übertragen werden, brauchen Sie eine Internetverbindung, PC und Kamera.

Angebote:

Qigong:

Montag von 18:30 bis 19:30 Uhr

Dienstag von 10:00 bis 11:00 und 18:30 bis 19:30 Uhr

Mittwoch von 10:00 bis 11:00 Uhr

Donnerstag von 19:00 bis 20:00 Uhr

Tai-Chi:

Dienstag von 8:30 bis 9:30 Uhr

Donnerstag von 17:30 bis 18:30 Uhr

Die Kurse sind von den gesetzlichen Krankenkassen als Präventionsmaßnahme anerkannt und können bei regelmäßiger Teilnahme bezuschusst werden.