PRESSEINFORMATION

Qi Gong zur Entspannung bei der VHS – Anmeldung bis zum 2. November

26. Oktober 2026 – Einen siebenwöchigen Qi Gong-Kurs bietet die Volkshochschule Hagen (VHS) ab Mittwoch, 4. November, jeweils mittwochs von 17 bis 18.30 Uhr an. Der Kurs findet sowohl in Präsenz in der Villa Post, Wehringhauser Straße 38, als auch zeitgleich online statt und endet am 16. Dezember.

Qi Gong ist eine chinesische Bewegungskurs und Bestandteil der traditionellen chinesischen Medizin. Die Methode eignet sich zur Erhaltung oder Wiederherstellung der Gesundheit aus eigener Kraft. Mit Qi Gong lassen sich die mentale und vitale Energie aktivieren und pflegen. Die Teilnehmenden arbeiten orientiert an Leitbahnen und Beschwerden, lösen Blockaden in den Meridianen und ermöglichen so den ungehinderten Qi-Fluss in alle Körperbereiche.

Informationen zur Anmeldung für den Kurs mit der Nummer 3312H erhalten Interessierte auf der Internetseite www.vhs-hagen.de oder beim Serviceteam der VHS unter Telefon 02331/207-3622.

HAGEN
Stadt der FernUniversität

Fachbereich des Oberbürgermeisters

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit & Bürgerkommunikation

Rathausstr. 13 | 58095 Hagen

Postfach 42 49 | 58042 Hagen

t +49 2331 207 0
f +49 2331 207 2472
pressestelle@stadt-hagen.de
Internet: www.hagen.de

Kontakt
Michael Kaub
t +49 2331 207 3314
michael.kaub@stadt-hagen.de

Clara Treude
t +49 2331 207 3417
clara.treude@stadt-hagen.de

www.hagen.de