

Stundenplan

Montag	17:30 - 19:00 bis 22.11.2021 ab 21.02.2022 bis 02.05.2022	Taiji - Einsteiger- Form - nach Chen Man-Ching/ Huang Sheng-Shyan/Wee Kee -Jin (In den Räumen der VHS-Schwerin) Zertifizierter Präventionskurs Nr. 7025	VHS- Anmeldung über Frau Junge Tel.: 5912718
	19:30 - 20:15	Taiji - Fortgeschrittene, für Einsteiger geeignet - Form nach Chen Man Ching/Huang Sheng Shyan/Wee Kee Jin	Online über Zoom
Mittwoch	17:30 - 18:45	Übungen aus dem Qigong und Taijiquan	Online über Zoom

Achtung! In der Woche vom 27.12. bis zum 02.01.22 finden keine Kurse statt.

"Winterschlaf" für unsere schönen Stunden auf der Marstallwiese - Ab März 2022 beginnt sie dann wieder, unsere gemeinsame Übungszeit

Preise

Unsere gemeinsame Zeit mit Übungen aus dem Qigong und Taiji auf der Marstallwiese und online kostet Sie 10,- € die Stunde.

Ich bin auch gerne nur für Sie ganz persönlich da, sofern Sie in die Bewegungs- und Entspannungskünste des Qigong und/oder Taijiquan ganz individuell eingewiesen werden möchten.

Einzelstunde 60': 65,- €
Zehnerkurs 10 x 60': 500,- €

Haben Sie Lust auf einen abgeschlossenen Zehnerkurs (10 Stunden in Gruppe von 6 bis 12 Personen), werden wir bestimmt einen gemeinsamen Zeit- und Übungsraum finden, um diesen Kurs erfolgreich zu absolvieren.

Zehnerkurs Insgesamt für alle Teilnehmer: 1.200 €

Gönnen Sie sich, gerne auch zu zweit oder in einer Gruppe, eine Klangschalen-Massage und/oder Klangschalen-Meditation. Sie brauchen gar nichts zu tun, einfach nur da sein und genießen.

Klangschalenmassage (Einzelanwendung)	30':	35,- €
	60':	65,- €
Klangschalenmassage (Zwei Personen)	30':	60,- €
	60':	120,- €
Klangschalenmassage (ab 3 Personen)	30':	75,- €
	60':	165,- €

Eine ganz individuelle Anwendung biete ich Ihnen mit meinem Shiatsu an. Es ist eine wundervolle Methode von achtsamer Berührung des ganzen Körpers. Sie wirkt unterstützend auf die Mobilität Ihrer Gelenke. Blockaden, die den natürlichen Energiefluss im Körper unterbrechen, können sich auflösen.

Einzelanwendung	1 h:	75,- €
	1,5 h:	90,- €
Elemente-Kur 1 h	5 Sitzungen:	350,- €
	10 Sitzungen:	650,- €
Elemente-Kur 1,5 h	5 Sitzungen:	425,- €
	10 Sitzungen:	800,- €

(Bei einer Kur sollten nicht mehr als 7 Tage zwischen den Anwendungen liegen)

Kopf- und Nackenanwendung	30 Minuten:	40,- €
Schulter- und Rücken-anwendung	30 Minuten:	40,- €
Bein- und Fuß-anwendung	30 Minuten:	40,- €

Wo und Wann unsere gemeinsamen Stunden, Kurse und Anwendungen stattfinden, erfahren Sie, wenn Sie sich für das eine und oder andere Angebot entschieden haben. Verfügen Sie über eigene passende Räumlichkeiten, können wir diese gerne nutzen.

Heike Griem - Taiji-Qigong-Shiatsu-Praktikerin

Telefon: 0385 5571765
Email: heike.griem@gmx.de

Mobil: 0171 9446051
Website: www.tai-chi-schwerin.de