

Frau Sonja Hilger

hat am 27.02.2010, 10.00 Uhr bis 17.00 Uhr in Worms

an folgender Fortbildungsveranstaltung teilgenommen:

Qigong – die Mitte finden und bewahren

Referentin: **Karina Berg,**
Tai Chi- und Qigong-Lehrerin

Seminarinhalt:

In vielfältigen Einzel- und auch Partnerübungen wurden in diesem Seminar Übungen vermittelt, die Teilnehmende von Bewegungs- und Entspannungskursen zu mehr innerer Sammlung und Ruhe führen können. Die vermittelten Übungen lassen sich gut in verschiedene Kurse aus den Bereichen Entspannung, Körpererfahrung und Bewegung integrieren.

Durch die Teilnahme an der Fortbildung hat sich **Frau Sonja Hilger** zusätzlich für die Durchführung von Kursen im Bereich Gesundheit an Volkshochschulen qualifiziert.

Seminarumfang: 8 Unterrichtseinheiten (à 45 Minuten)

Mainz, 27. Februar 2010

Steffi Rohling

Steffi Rohling
Verbandsdirektorin



Eva Kracke

Eva Kracke
Fachreferentin