

**WT 09.06.2026**

## Spaziergang mit Atemtechnik

**WEISSENBURG** - Inmitten der Natur zur Ruhe kommen, neue Energie tanken und die eigene Körperwahrnehmung stärken – all das verbindet der Qigong-Walk-Kurs, der ab 7. Juli unter der Anleitung von Ute Köbler, ausgebildete Qigong-Lehrerin der Deutschen Qigong-Gesellschaft e.V., startet. Der Kurs lädt dazu ein, Körper und Geist in Einklang zu bringen.

Qigong-Walk ist eine Bewegungsform, die traditionelle Qigong-Übungen mit bewusstem Gehen verbindet. Im Rhythmus des Atems und in harmonischen Bewegungsabläufen wird der ganze Körper sanft aktiviert. Der Kurs findet jeweils dienstags von 17.30 bis 18.30 Uhr statt, die Teilnahmegebühr beträgt 50 Euro für fünf Termine (bis 4. August). Treffpunkt ist am Parkplatz an der Wülzburg. Bei sehr schlechtem/heißem Wetter wird in das Gemeindehaus St. Andreas ausgewichen. **wt**

### **INFO**

Anmeldung beim Evangelischen Bildungswerk Jura-Altmühltal-Hahnenkamm unter Telefon 09141/97 46 30.