

Seine innere Mitte finden beim Qi Gong

Langwedel-Etelsen. Ein neuer Anfängerkurs für Idogo-Qi-Gong beim TSV Etelsen startet am Dienstag, 16. April. Bei einem sogenannten Idogo handelt es sich um einen einfachen Holzstab, der zu den ältesten Übungsgeräten des medizinischen Qi Gongs zählt. Laut TSV hilft das Üben mit dem Stab dabei, schnell seine innere Mitte zu finden. Bei Interesse wird um Anmeldung bei Übungsleiterin Sigrid Holtmann unter 0 42 35 / 25 46 gebeten. Der Kursus findet von 18.45 bis 20 Uhr im Sporthaus des TSV an der Schulstraße statt. WK