

Ontspan tijdens de basisworkshop Chi Neng Qigong



Zondag 11 januari 2026 van 10:00 tot 13:00 uur

Over 3 weken



Chillicious

Appeldijk 39, Gorinchem

Basisworkshop Chi Neng Qigong

Zin in meer rust, energie en een soepel lijf? Kom het ervaren tijdens de basisworkshop Chi Neng Qigong – een liefdevol cadeautje aan jezelf.

Gun jezelf een moment van rust, ontspanning en vernieuwde energie. Tijdens deze basisworkshop neem ik je mee in de wereld van Chi Neng Qigong: zachte, vloeiende bewegingen die lichaam en geest weer in harmonie brengen. Je zult voelen hoe spanning oplost, je energie toeneemt en je levensstroom (Qi) weer vrij gaat stromen.

Chi Neng Qigong wordt wereldwijd door miljoenen mensen beoefend, en dat is niet voor niets! Het brengt helderheid, vertrouwen en innerlijke kracht, met een glimlach en een gevoel van lichtheid.

Tijdens deze inspirerende workshop leer je de basis van deze eeuwenoude Chinese bewegingsleer en ervaar je hoe je:

- Lekkerder in je vel komt te zitten
- Meer energie, veerkracht en zelfvertrouwen ontwikkelt
- Je immuunsysteem versterkt
- Van binnen én buiten gaat stralen

De workshop is geschikt voor iedereen – ervaring is niet nodig, alleen een open hart en een vleugje nieuwsgierigheid.

Samen creëren we een krachtig, helend en liefdevol Qi-veld waarin je mag ontspannen, opladen en groeien. De groep is klein (max. 8 personen), zodat er volop aandacht is voor persoonlijke begeleiding.

Wil je erbij zijn? Schrijf je dan snel in en gun jezelf deze heerlijke boost voor lichaam, geest en ziel.

Zondag 11 januari van 10-13uur, hartje Gorinchem.

Investing €55,-.

Voel je nu al een 'ja' van binnen? Dan is deze workshop precies wat je nodig hebt.

☐ Bonus 1: je ontvangt gratis een gesigneerd exemplaar van mijn boek 'In 10 stappen lekker in je vel. Beweeg eenvoudig naar een gezonder leven'.

☐ Bonus 2: na je aanmelding krijg je direct toegang tot de online academie, met filmpjes van de oefeningen om thuis mee te trainen.

Meer info en aanmelden via <https://ciscadenboer.nl/basisworkshop-chillicious-qigong/>

Wijk

Binnenstad

Volwassenen

Gezondheid, Religie / spiritueel

Workshop / cursus

