

Turnerbund nimmt Qigong ins Programm

VAREL/LR – Der Vareler Turnerbund nimmt Qigong unter der Leitung von Gudrun Lüdtker neu ins Programm. Qigong ist eine Entspannungsmethode der traditionellen chinesischen Medizin zur Steigerung der Leistungsfähigkeit und Erhaltung der Gesundheit. Das neue VTB-Angebot ist als offener Kursus für zwei Gruppen gedacht. Qigong soll dienstags von 18.30 bis 20 Uhr und mittwochs von 9 bis 10.30 Uhr im VTB-Turnerheim in der Windallee 23 stattfinden. Zum Schnuppertraining sind alle Interessierten am Dienstag, 25. Januar, 18.30 Uhr, oder am Mittwoch, 26. Januar, 9 Uhr, in das VTB-Turnerheim eingeladen. Weitere Informationen gibt Gudrun Lüdtker unter Telefon 04453/72106.