



# Qi Gong Waldfriedhof Staffeln

Jeden Freitag von 8.30 bis 9.20 Uhr  
Freitag, 24. April bis 25. September 2026

## Öffentliches Qi Gong

---

Mit Qi Gong trainieren Sie Ihre Standfestigkeit, das innere und äussere Gleichgewicht und fördern Ihre Koordination und Konzentrationsfähigkeit. Das Ausführen der langsamen, geschmeidigen Bewegungsabläufe in der Gruppe macht Freude und unterstützt das Wohlbefinden. Qi Gong können Sie bis ins hohe Alter ausüben. Es braucht dazu kein sportliches Talent.

### Sie brauchen

---

Bequeme Schuhe und der Witterung angepasste Kleider.

### Start

---

Freitag, 24. April 2026

### Zeit und Ort

---

8.30 bis 9.20 Uhr  
Waldfriedhof Staffeln, Luzern  
Busstation Waldstrasse, Bus 42/43  
Bei Regen Unterstand vorhanden

### Fachliche Leitung

---

Barbara Burger, Sursee  
Lehrerin für Tai Chi und Qi Gong

### Kostenloses Angebot ohne Anmeldung

---

Eingeladen sind Personen über 60 und alle Interessierten.