

Open

Im Einklang mit deiner Atmung machen wir Bewegungen, inspiriert durch Qi Gong, 8 x 7 Sequenzen, durchgeführt von Kathrin Lettner.

Your

Gratis. Ohne Vormeldung.
Come as you are.
Bequeme Kleidung hilfreich.
Turnschuhe nicht nötig.



Mind

Freitag, jede Woche

Ort: anstelle Zeichensaal derzeit live über @SchulefurGestaltungStGallen

Zeit: 12.00 Uhr

Dauer: 20 Minuten