

TAIJI QIGONG

HÖST 2010 18 RÖRELSER

Jag samarbetar med församlingar i Svenska Kyrkan. Taiji Qigong är enkla långsamma rörelser som är välgörande för kropp och själ. Rörelserna är hämtade från Kina. Du tränar andningsförmåga, koncentration, balans, rörlighet och kroppsmedvetenhet. Inga förkunskaper krävs. Du behöver inte byta om, men det är skönt att ha kläder som inte sitter åt. Välkommen!

DROP-IN-GRUPPER:

ATT DELTA KOSTAR 30 KR/GÅNG.

Sofia kyrka:

Måndagar kl 15.00–15.30.

30/8–6/12

Vitabergsparken. Buss 2, 3, 66, 76.

Valfritt att delta i samtal kl 15.30–

15.45. Kontaktperson: Ewa Lindqvist

Hotz, präst, tel 0732–15 09 19.

Maria Magdalena församlingshus:

Onsdagar kl 10.00–10.30.

1/9–8/12

Ragvaldsgatan 10, korsning S:t Pauls-

gatan, T-bana Slussen/Mariatorget.

Kontaktperson: Ann Engström,

diakon, tel 08–462 29 55.

Oscarskyrkan:

Onsdagar kl 12.00–12.30.

25/8–1/12

Narvavägen 6, T-bana Karlaplan.

Valfritt att delta i samtal kl 12.30–

12.45. Soppluncher 22/9 och 17/11.

Kontaktperson:

Bo Lindberg, präst, tel 0703–68 46 90.

Adolf Fredriks kyrka:

Torsdagar kl 11.30–12.00.

5/8–2/12

Kammakargatan 30/Holländargatan 14,

T-bana Hötorget/Rådmansgatan.

Kontaktperson:

Monika Backlund Borgcrantz,

informatör, tel 0709–62 65 13

FASTA TERMINSGRUPPER:

OBS! Terminsavgift 500:-.

Anmälan krävs.

Skärholmens kyrka:

T-bana Skärholmen, tisdagar

kl 12.00–12.30, 31/8–7/12, 500 kr.

Anmälan: Marie Elias, tel 680 94 48,

marie.elias@svenskakyrkan.se

Högalidskyrkan:

T-bana Hornstull, torsdagar kl 16.30–

17.00, 2/9–9/12, 500 kr. Anmälan:

Högalids exp. tel 616 88 00.

**Meddela mig din mailadress
för terminsutskick, lördagstillfällena och
avspänningsgrupper kvällstid.**

*"Jag ger människor
redskap att hitta ett lugn i en allt
mer stressad värld."*



Gudrun Khemiri

*Legitimerad sjukgymnast med grundläggande
psykoterapiutbildning. Taiji/qigonginstruktör.*

Drakenbergsgatan 15, 3 tr, 117 41 Stockholm

Tel 08–669 33 61 Mobil 0737–891 744

Mail gudrun@khemiri.se