

KiDoIn

Koreanische Heilgymnastik

Atmung, KiDoIn-Übungen, Meridian-Massage uvm

mit Ulla Bettmer und Alex Görgen

15. November 2025

15:00 – 18:00, € 45,00

Suyang eV, Friedensallee 44, 22765 HH

Anmeldung:

M: 0173-9307558

kontakt@bettmer-gold.de



Dieser **Workshop** bietet ein spezielles Gesundheitstraining an. Durch die intensiven Atemübungen können wir Heilung von innen heraus aktivieren. Danach fühlt man sich frisch und aufgetankt. Die Übungen, die wir mit den Atemtechniken kombinieren werden, ermöglichen unserem Körper mehr Flexibilität und Stärkung der Organe, uvm.

In diesem workshop werden wir uns auf die Erdung, unsere stabilen Wurzeln im Herbst, fokussieren und mehr über das Jahreszeiten Ki Do In erfahren.

