



## FRÜHLING

### Kinesiologie trifft Gymnastik

Speziell für den Frühling und somit für das Holzelement der TCM lernen wir Übungen kennen, welche eine ausgleichende und stärkende Wirkung auf Körper, Seele und Geist haben.

Im Holzelement geht es unter anderem um Themen wie «Aufblühen» «Selbstentscheid», «Ziele setzen, planen». Dazu nutzen wir unter anderem integrierende Bewegungen sowie Brain-Gym Übungen und arbeiten mit Meridianen und Chakras.

So starten wir entspannt, energievoll, gelassen, klar und freudig ins Wochenende.

**Datum** Samstag, 5. April 2025 9-11 Uhr

**Ort** Praxis Komedth, Florastrasse 14, 8610 Uster

**Kosten** Fr. 60.–

**Leitung** Barbara Büsser-Bersorger  
Dipl. Bewegungspädagogin BGB  
Dipl. IK-Kinesiologin

**Anmeldung** 044 520 04 06  
b.buesser@be-WEG-ung.ch  
www.be-WEG-ung.ch



## FRÜHLING

### Kinesiologie trifft Gymnastik

Speziell für den Frühling und somit für das Holzelement der TCM lernen wir Übungen kennen, welche eine ausgleichende und stärkende Wirkung auf Körper, Seele und Geist haben.

Im Holzelement geht es unter anderem um Themen wie «Aufblühen» «Selbstentscheid», «Ziele setzen, planen». Dazu nutzen wir unter anderem integrierende Bewegungen sowie Brain-Gym Übungen und arbeiten mit Meridianen und Chakras.

So starten wir entspannt, energievoll, gelassen, klar und freudig ins Wochenende.

**Datum** Samstag, 5. April 2025 9-11 Uhr

**Ort** Praxis Komedth, Florastrasse 14, 8610 Uster

**Kosten** Fr. 60.–

**Leitung** Barbara Büsser-Bersorger  
Dipl. Bewegungspädagogin BGB  
Dipl. IK-Kinesiologin

**Anmeldung** 044 520 04 06  
b.buesser@be-WEG-ung.ch  
www.be-WEG-ung.ch