

# Shibashi «Vertiefung»



**Donnerstag, 10. Juni 2021, 10.00 – 12:00 Uhr**  
**Gehörlosenzentrum, Oerlikonerstrasse 98, 8057 Zürich**

## Inhalte und Ziele

Shibashi ist eine Meditation mit Bewegung. Es ist eine Form des Qi Gong. Es besteht aus Bewegungs-Bildern. Es sind Bewegungs-Bilder aus der Natur. Shibashi ist gesund für den Körper. Shibashi tut auch der Seele gut. Was bedeutet Shibashi? Wir erfahren, woher Shibashi kommt. Wir üben zusammen die Bewegungs-Bilder aus dem Shibashi. Shibashi in der Natur zu üben macht viel Freude. Bei schönem Wetter sind wir draussen auf der Wiese bei der ref. Kirche.

**Zielgruppe**

für alle interessierten Personen

**Kursleitung**

Tanja Haas, Seelsorgerin, kath. Behindertenseelsorge

**Kommunikation**

Deutsch mit Gebärdensprachdolmetschen

**Kosten**

Fr. 5.- pro Person

**Anzahl**

5 - 20 Personen

**Mittagessen**

wenn gewünscht, bitte bei uns anmelden.

**Anmeldeschluss**

**Fr, 28. Mai 2021** an [z-angebote@sichtbar-gehoerlose.ch](mailto:z-angebote@sichtbar-gehoerlose.ch)