

Abnehmen mit Qi Gong

Bei gleicher Ernährung Ohne
Hungergefühl Ohne Jo-Jo-Effekt

Taschenbuch

Wenchu Jin, Katharina Waibel

18,00 €

inkl. MwSt. [zzgl. Versand](#)



- Bei gleicher Ernährung, Ohne Hungergefühl, Ohne Jo-Jo-Effekt
- Einfache Übungen aus dem medizinischen Qi Gong

214x159x10mm (LxBxH)

1. Auflage 2021

Umschlag/Ausstattung: 112

Farbfotos,

Seiten: 112

EAN: 9783968600390

Art.-Nr.: 46039

KOSMOS

Produktinformationen "Abnehmen mit Qi Gong"

Die hier vorgestellten einfache Übungen stammen aus dem medizinischen Qi Gong. Sie harmonisieren den Fluss der Lebensenergie im Körper und fördern Gesundheit, Beweglichkeit und Anmut. Auf diese Weise werden das allgemeine Wohlbefinden gesteigert und die Selbstheilungskräfte gestärkt.

- Die Fettverbrennung wird angeregt.
- Die Ausscheidung von Giften und Schlacken wird unterstützt.
- Der Hormonhaushalt kommt ins Gleichgewicht.
- Die Yin- und Yang-Energien werden harmonisiert.
- Übermäßige Hungergefühle werden beseitigt.
- Das Immunsystem wird gestärkt.
- Die Beweglichkeit von Hals-, Brust- und Lendenwirbelsäule wird erhöht.
- Verspannungen lösen sich.

Über die Autoren

Wenchu Jin

[Mehr zur Person](#)

Katharina Waibel

[Mehr zur Person](#)