

Das Fundament für ein gesundes Leben

GÜRZENICH „Die Kraft in mir“ lockte über tausend Besucher

Der Fluss der Energien und die Konzentration der eigenen Kräfte lockte über tausend Zuhörer in den großen Saal im Gürzenich in Köln. Der „Kölner Stadt-Anzeiger“, in Kooperation mit der Pronova BKK, hatte zu dem zweiten Abend eingeladen unter dem Titel „Die Kraft in mir“. Aufgrund der großen Nachfrage wird dieser Abend im Frühjahr wiederholt. Termin und Kartenverkauf werden frühzeitig bekanntgegeben. Die zentrale Botschaft von Wenjun Zhu, Experte für Traditionelle Chinesische Medizin, ist: Wer lernt, seine inneren Kräfte, also das Qi (sprich Tschì) zu stärken, der hat die Basis

geschaffen, seine Gesundheit und das Immunsystem zu stabilisieren. Wenjun Zhu untermauerte dies mit einigen beispielhaften Übungen, und der Tai-Chi-Experte Gerd Helmer erläuterte dazu die Prinzipien der Traditionellen Chinesischen Medizin. Das Sahnehäub-

chen setzte Professor Christian Elger drauf mit seinem Exkurs über die unermesslichen Fähigkeiten des menschlichen Hirns, wobei er liebend gern auf Britta Heidemann, Olympiasiegerin im Fechten und prominenter Gast des Abends, verwies. (mas)



Prof. Christian Elger (v. r.), Britta Heidemann, Prof. Wenjun Zhu, Dr. Gerd Helmer, Moderatorin Marie-Anne Schlolaut

BILD: SCHWARZ

Nur noch wenige Restkarten gibt es für die Workshops mit Prof. Dr. Wenjun Zhu:

Samstag, 25. Februar 10–12 Uhr: Qi-gong gegen Schmerzen in Schulter und Nacken

Samstag, 25. Februar 14–16 Uhr: Qi-gong gegen Schmerzen im Rücken

Sonntag, 26. Februar 10–12 Uhr: Qi-gong zur Stressbewältigung

Alle Workshops werden von Wenjun Zhu geleitet und finden statt im studio dumont, Breite Straße 72, Köln-Innenstadt.

Karten (Nicht-Abonnenten 50 Euro/ Abonnenten mit Abocard erhalten 25 Prozent Ermäßigung) sind ab sofort erhältlich in der Geschäftsstelle des „Kölner Stadt-Anzeiger“, Breite Straße 72, Köln, Montag bis Freitag von 10–17.30 Uhr, Samstag von 10–14 Uhr.