



# LU JONG



Lu Jong ist vor über 8000 Jahren entstanden und basiert auf der Tibetischen Medizin. Unabhängig von den eigenen körperlichen Möglichkeiten sind die Übungen für alle Altersgruppen geeignet. Sie arbeiten sanft mit der Wirbelsäule und stärken unser Wohlbefinden und die Körperwahrnehmung.

Die Lu Jong Praxis ist sehr einfach und doch kann sie unser Leben verändern.

Nächster Kurs:

Do. 15. Okt. 2020    29.10.    05.11.    12.11.    19.11.    26.11.    10.12.    17.12.

jeweils 19.30 Uhr bis 20.45 Uhr

Alle 8 Abende CHF 200

Kursort: Traubenweg 7, 5313 Klingnau

Kontakt und Anmeldung:

Yvonne Schleuniger

[www.lujong.org/yvoneschleuniger](http://www.lujong.org/yvoneschleuniger)

Tel. 056 245 74 71

[yvoneschleuniger@lujong.org](mailto:yvoneschleuniger@lujong.org)

[beREICHernd.ch/Lu-Jong/](https://beREICHernd.ch/Lu-Jong/)



# LU JONG



Lu Jong ist vor über 8000 Jahren entstanden und basiert auf der Tibetischen Medizin. Unabhängig von den eigenen körperlichen Möglichkeiten sind die Übungen für alle Altersgruppen geeignet. Sie arbeiten sanft mit der Wirbelsäule und stärken unser Wohlbefinden und die Körperwahrnehmung.

Die Lu Jong Praxis ist sehr einfach und doch kann sie unser Leben verändern.

Nächster Kurs:

Do. 15. Okt. 2020    29.10.    05.11.    12.11.    19.11.    26.11.    10.12.    17.12.

jeweils 19.30 Uhr bis 20.45 Uhr

Alle 8 Abende CHF 200

Kursort: Traubenweg 7, 5313 Klingnau

Kontakt und Anmeldung:

Yvonne Schleuniger

[www.lujong.org/yvoneschleuniger](http://www.lujong.org/yvoneschleuniger)

Tel. 056 245 74 71

[yvoneschleuniger@lujong.org](mailto:yvoneschleuniger@lujong.org)

[beREICHernd.ch/Lu-Jong/](https://beREICHernd.ch/Lu-Jong/)



# LU JONG



Lu Jong ist vor über 8000 Jahren entstanden und basiert auf der Tibetischen Medizin. Unabhängig von den eigenen körperlichen Möglichkeiten sind die Übungen für alle Altersgruppen geeignet. Sie arbeiten sanft mit der Wirbelsäule und stärken unser Wohlbefinden und die Körperwahrnehmung.

Die Lu Jong Praxis ist sehr einfach und doch kann sie unser Leben verändern.

Nächster Kurs:

Do. 15. Okt. 2020    29.10.    05.11.    12.11.    19.11.    26.11.    10.12.    17.12.

jeweils 19.30 Uhr bis 20.45 Uhr

Alle 8 Abende CHF 200

Kursort: Traubenweg 7, 5313 Klingnau

Kontakt und Anmeldung:

Yvonne Schleuniger

[www.lujong.org/yvoneschleuniger](http://www.lujong.org/yvoneschleuniger)

Tel. 056 245 74 71

[yvoneschleuniger@lujong.org](mailto:yvoneschleuniger@lujong.org)

[beREICHernd.ch/Lu-Jong/](https://beREICHernd.ch/Lu-Jong/)



# LU JONG



Lu Jong ist vor über 8000 Jahren entstanden und basiert auf der Tibetischen Medizin. Unabhängig von den eigenen körperlichen Möglichkeiten sind die Übungen für alle Altersgruppen geeignet. Sie arbeiten sanft mit der Wirbelsäule und stärken unser Wohlbefinden und die Körperwahrnehmung.

Die Lu Jong Praxis ist sehr einfach und doch kann sie unser Leben verändern.

Nächster Kurs:

Do. 15. Okt. 2020    29.10.    05.11.    12.11.    19.11.    26.11.    10.12.    17.12.

jeweils 19.30 Uhr bis 20.45 Uhr

Alle 8 Abende CHF 200

Kursort: Traubenweg 7, 5313 Klingnau

Kontakt und Anmeldung:

Yvonne Schleuniger

[www.lujong.org/yvoneschleuniger](http://www.lujong.org/yvoneschleuniger)

Tel. 056 245 74 71

[yvoneschleuniger@lujong.org](mailto:yvoneschleuniger@lujong.org)

[beREICHernd.ch/Lu-Jong/](https://beREICHernd.ch/Lu-Jong/)



# LU JONG



Lu Jong ist vor über 8000 Jahren entstanden und basiert auf der Tibetischen Medizin. Unabhängig von den eigenen körperlichen Möglichkeiten sind die Übungen für alle Altersgruppen geeignet. Sie arbeiten sanft mit der Wirbelsäule und stärken unser Wohlbefinden und die Körperwahrnehmung.

Die Lu Jong Praxis ist sehr einfach und doch kann sie unser Leben verändern.

Nächster Kurs:

Do. 15. Okt. 2020    29.10.    05.11.    12.11.    19.11.    26.11.    10.12.    17.12.

jeweils 19.30 Uhr bis 20.45 Uhr

Alle 8 Abende CHF 200

Kursort: Traubenweg 7, 5313 Klingnau

Kontakt und Anmeldung:

Yvonne Schleuniger

[www.lujong.org/yvoneschleuniger](http://www.lujong.org/yvoneschleuniger)

Tel. 056 245 74 71

[yvoneschleuniger@lujong.org](mailto:yvoneschleuniger@lujong.org)

[beREICHernd.ch/Lu-Jong/](https://beREICHernd.ch/Lu-Jong/)