

Dienstag, 30. Juli 2019, Offenbach-Post West / Neu-Isenburg

## Ruhe finden in Bewegung



Die Resonanz in diesem Jahr ist zum Auftakt ausgesprochen gut. „Beim ersten Termin waren etwa 50 Leute da“, sagt Karin Ostertag. Die Neu-Isenburgerin leitet die örtliche Aktion „Qigong im Park“, die am Sonntag begonnen hat. Auch vier Männer kamen zum Training auf die Wiese hinter der Bansamühle, um die aus der fernöstlichen Kultur stammenden Übungsformen auszuprobieren, die Körper und Geist gleichermaßen mit einbeziehen. Charakteristisch sind die einfachen und fließenden Bewegungen. Zwei weitere Termine für das kostenlose Sommer-Sportprogramm im Park gibt es in der Hugenottenstadt: an den Sonntagen 4. und 11. August jeweils um 10 Uhr an der Bansamühle. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Weitere Infos bei Karin Ostertag, z 06102 772120.

Die Isenburgerin ist ausgebildete Lehrerin der Deutschen Qigong-Gesellschaft und bietet regelmäßig Kurse an – etwa bei der Volkshochschule oder im Centro Vitalis in der Wilhelmstraße. hov/  
Foto: postl