

Zhineng Qigong Workshop Stufe 2 Körper-Geist-Methode

Teil I 10.-11. November 2018

Teil II 26.-27. Januar 2019



Die Einheit von Körper und Geist erfahren

Zhineng Qigong ist eine medizinische Qigong Form und eine effektive chinesische Heilmethode. Die Übungen öffnen den Weg zur Wiedererlangung, Erhaltung und Verbesserung der eigenen Gesundheit und Leistungsfähigkeit. Die Stufe 2 „Die Körper-Geist-Methode“ ist in China Standard-Baustein bei der TCM-Ausbildung.

Sie regt den Qi-Fluss zu den Haaren, der Haut und den Fingerspitzen an und bringt das Qi tief in den Körper. Muskeln, Bänder, Knochen, kleine Gelenke und Gelenke, die selten bewegt werden, werden trainiert und gestärkt, Verspannungen gelöst. Der Gesamt-Energiefluss wird verbessert und der Körper wird geschmeidiger und stärker. Durch die Fokussierung auf die Bewegung werden Konzentration und Bewusstsein geschult, der Geist wird ruhig, Körper und Geist werden als Einheit erfahrbar.

Seminarinhalte

Die 10 Elemente der Stufe 2 werden auf beide Workshops verteilt. Der Schwerpunkt liegt auf der praktischen und theoretischen Vermittlung und der gezielten Anwendung einzelner Übungsteile bei konkreten Beschwerden und Blockaden, denn alle Übungsteile können auch einzeln praktiziert werden. Zur Stufe 2 gehört auch die Klopfmassage Qi-Tapping, die das Qi durch leichtes Klopfen entlang der Meridiane aktiviert und feiner und tiefer im Körper verteilt.

Zielgruppe

Stufe 2 ist körperlich intensiver als die Stufe 1 und richtet sich an alle, die ihren Körper dehnen, kräftigen und ihre Gesamtgesundheit verbessern wollen. Da auch nur einzelne Übungsteile gezielt eingesetzt werden können, kann sie auch von Teilnehmern ohne Vorerfahrung praktiziert werden. Gerne können Sie mich anrufen, um dies im Vorfeld abzuklären.

Ort: Freiraum, Holzstraße 10, 91301 Forchheim

185 Euro pro Workshop

Teilnehmerzahl begrenzt auf 8

Veranstalter: IZQ Institut für Zhineng Qigong



Referentin Birgit Becker-Petersen
Zhineng Qigong Lehrerin und Ausbilderin

„Mir hat Stufe 2 sehr geholfen, meinen Schweinehund zu überwinden, denn ich liebe das Gefühl nach der Übung: mein ganzer Körper ist frisch wie Pfefferminz, gedehnt und beweglich. Ich kann das Qi ganz tief in meinem Körper spüren und mein Geist ist ruhig und klar“

Mehr Information und Anmeldung



IZQ Institut für ZhiNeng QiGong
www.zhineng-qigong.net

Individuell • Kurse • Seminare • Ausbildung

Birkenreuth 53 • 91346 Wiesental

09194-7955606 • 0176-52071317

heil-samen@t-online.de



Anmeldeformular Zhineng Qigong Workshop Stufe 2 Körper-Geist-Methode Teil II 26.-27. Januar 2019

Name : _____

Vorname: _____

Straße : _____

Wohnort: _____

Email : _____

Telefon: _____

Seminarort: Freiraum Forchheim, Holzstraße 10, 1. OG, 91301 Forchheim (Eingang von der Hornschuchallee)

Uhrzeiten: jeweils 9:00 – 12:00 und 14:00 bis 17:00 Uhr

Die Workshopgebühr beträgt 185 Euro. Die Rücksendung des ausgefüllten und unterschriebenen Anmeldeformulars stellt eine rechtsverbindliche Anmeldung dar. Mit der Rücksendung des Anmeldeformulars wird gleichzeitig eine Anzahlung in Höhe von 90 Euro fällig. Die Restzahlung ist spätestens eine Woche vor Workshopbeginn zu entrichten.

Bei einem Rücktritt bis zu drei Wochen vor Workshopbeginn wird eine Anmeldegebühr von 30 Euro, ab drei Wochen vor Workshopbeginn von 90 Euro einbehalten. Bei einer Absage zwei Tage vor, am Tag des Workshopbeginns selbst oder nach Workshopstart wird die gesamte Kursgebühr fällig, es sei denn, der Teilnehmer benennt einen Ersatzteilnehmer. Sollte der Workshop komplett ausfallen, wird dem Teilnehmer die bereits entrichtete Kursgebühr gänzlich zurückerstattet. Ein Anspruch auf Teilerstattungen bei Nichtbesuch einzelner Tage besteht nicht.

Mit seiner Unterschrift und Anmeldung bestätigt der Teilnehmer, dass er am Workshop auf alleinige Gefahr und alleiniges Risiko teilnimmt. Eventuelle Risiken sind vor der Anmeldung und Teilnahme mit einem Arzt oder Therapeuten abzuklären.

Ebenso bestätigt der Teilnehmer mit seiner Unterschrift, dass er mit der Erhebung seiner Daten zum Zwecke der Kontaktaufnahme und Information einverstanden ist. Wir verpflichten uns im Rahmen unserer Datenschutzerklärung, mit Ihren persönlichen Daten verantwortungsbewusst umzugehen und sie in keinem Fall an Dritte weiterzugeben.

Bitte senden Sie das ausgefüllte und unterschriebene Anmeldeformular an: Heil-Samen/Birgit Becker-Petersen, Birkenreuth 53, 91346 Wiesental (oder unterschrieben einscannen und per email schicken)

Ort, Datum: _____

Unterschrift: _____



IZQ Institut für Zhineng Qigong Birgit-Becker-Petersen, Birkenreuth 53, 91346 Wiesental

Telefon 09194-7955606, mobil: 0176-52071317, email: heil-samen@t-online.de

Kontoinhaber: Birgit Becker-Petersen, IBAN: DE45 7635 1040 0020 4611 09, BIC: BYLADEM1FOR