

Kurs 50+

Qigong – Entspannung Wirbelsäulengesundheit Ab Mittwoch 06.02.2019



Die Wirbelsäule ist von herausragender Bedeutung für unsere Gesamtgesundheit. Ausführliche Studien klinischer Forschung haben gezeigt, dass mehr als 80% aller chronischen Krankheiten in Verbindung mit einer Wirbelsäulenverschiebung und der damit einhergehenden Unterversorgung der Nerven im Bereich der Wirbelsäule stehen. Heute ist das Rückenleiden eine Volkskrankheit. Mit leichten Übungen des Zheneng Qigong, des Wirbelsäulen-Qigongs und Heil-Meditationen finden Sie zu tiefer Entspannung und stärken gleichzeitig Gelenke, Faszien, Muskeln, Wirbelsäule und Geist. Der ganze Körper wird gekräftigt, auch langjährige Blockaden können gelöst und die Konzentrationsfähigkeit und Gedächtnisleistung verbessert werden. Sie unterstützen Ihr Immunsystem und tanken Energie und Kraft für die ganze Woche.



Referentin Birgit Becker-Petersen

Die Wirbelsäulen-Übungen sind beeindruckend, man hat sofort einen wohltuenden Effekt. Es ist so, als ob man auf allen Ebenen wieder „gerade gerückt“ und ganz in seiner Mitte ist. Spannungen lösen sich und man kann den freien Energiefluss entlang der Wirbelsäule gut spüren.

Gesunder Rücken - gesunder Mensch

Durch Entspannung und Bewegung zu
Schmerzfreiheit, Kraft und Lebensfreude finden

Inhalte

- Leichte Übungen des Zheneng Qigong und des Wirbelsäulen Qigong
- Gelenke-Gymnastik & Entspannungsübungen
- Qi fühlen, aktiv leiten und speichern lernen
- Die Leitbahnen aktivieren und den freien Qi-Fluss im Körper fördern
- Spezielle Übungen zur Entspannung und Lösung von Blockaden im Lenden- und Halswirbelbereich
- Übungen zur Förderung der Beweglichkeit des gesamten Körpers und speziell der Wirbelsäule
- Meditative Körperübungen & Heilmeditationen

Zielgruppe

Dieser Kurs richtet sich alle, die etwas für ihren Körper und ihre Gesundheit – und ganz speziell für die Beweglichkeit der Wirbelsäule tun wollen. Auch Menschen mit Einschränkungen der Beweglichkeit können von den Übungen profitieren und langjährige Blockaden lösen. Der Körper wird schmerzfreier – die Lebensfreude kehrt zurück. Die Konzentration auf die Qigong-Übungen stärkt darüber hinaus die Konzentrationsfähigkeit und Gedächtnisleistung. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Bei Zweifeln, ob dieser Kurs für Sie geeignet ist, sprechen Sie mich bitte an.

Ort: Heilzentrum Ruffershöfer Eggolsheim

Kosten: 120 Euro, 10 Kurseinheiten à 60 min

Teilnehmerzahl: begrenzt auf 8 TN

Veranstalter: IZQ Institut für Zheneng Qigong

Mehr Information und Anmeldung Institut für Zheneng Qigong Birgit Becker-Petersen

Psychologische Beratung, Coaching & Energiearbeit
Meditations- & Achtsamkeitstraining • Bewusstseinsarbeit

Zheneng Qigong • Qi-Therapie

Individuell - Kurse - Seminare - Ausbildung

Birkenreuth 53 • 91346 Wiesenttal • www.heil-samen.de

09194-7955606 • 0176-52071317

heil-samen@t-online.de



Anmeldeformular Kurs Qigong - Wirbelsäulengesundheit Ab 06.02.2019

10 Kurseinheiten Mittwoch 11:00 – 12:00 Uhr

Name : _____

Vorname: _____

Straße : _____

Wohnort: _____

Email : _____

Telefon: _____

Seminarort: Heilzentrum Ruffershöfer, Mittelweg 4, 91330 Eggolsheim

Termine: 6., 13., 20., 27. Februar; 13., 20., 27. März; 3., 10. April; 8. Mai 2019

Uhrzeiten: jeweils 11:00 – 12:00 Uhr

Die Kursgebühr beträgt 120 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 60 Euro fällig. Die Restzahlung ist spätestens eine Woche vor Kursbeginn zu entrichten.

Bei einem Rücktritt bis zu drei Wochen vor Kursbeginn wird eine Anmeldegebühr von 30 Euro, ab drei Wochen vor Kursbeginn von 60 Euro einbehalten. Bei einer Absage zwei Tage vor, am Tag des Kursbeginns selbst oder nach Kursstart wird die gesamte Kursgebühr fällig, es sei denn, der Teilnehmer benennt einen Ersatzteilnehmer. Sollte der Kurs komplett ausfallen, wird dem Teilnehmer die bereits entrichtete Kursgebühr gänzlich zurückerstattet. Ein Anspruch auf Teilerstattungen bei Nichtbesuch einzelner Termine besteht nicht.

Mit seiner Unterschrift und Anmeldung bestätigt der Teilnehmer, dass er am Kurs 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 Wiesenttal (oder unterschrieben einscannen und per email schicken)

Ort, Datum: _____

Unterschrift: _____

Heil-Samen Institut für Zhineng Qigong Birgit-Becker-Petersen, Birkenreuth 53, 91346 Wiesenttal, www.zhineng-qigong.net

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