

**2. Symposium: Medizinisches QiGong für Gesundheitsförderung und Lebenspflege, 9. & 10. Mai 2009 in Dietfurt a.d.A., Zeitplan Stand: 16. Januar 2009**

<b>SAMSTAG, 9. Mai 2009</b>			
	<b>DEMO (3-Feld-Halle)</b>	<b>VORTRAG (Musikzimmer)</b>	<b>LERNEN (Aula)</b>
09:00	Eröffnung		
09:20			
09:30	Elementare Übungen		
10:00			
10:10	Taiji QiGong 18 Bewegungen Teil I	Thema 1: Was ist QiGong? Ein Begriff - vielfältige Inhalte	Taiji QiGong 18 Bewegungen Teil I <b>bis 11:40</b>
11:00			
11:10	Herz QiGong	Thema 2: Die sozialen Effekte des QiGong	
12:00		a) Älter werden, beweglich und unabhängig	Kranich QiGong <b>bis 13:30</b>
12:10	Taiji Bailong Ball	b) Gesundheitsförderung im Flugzeug (Fit to Fly)	
13:00		c) QiGong und Autofahren	
13:00	Mittagspause		
14:30			
14:40	Kranich QiGong		Taiji QiGong 18 Bewegungen Teil II <b>bis 16:10</b>
15:30			
15:40	Taiji QiGong 18 Bewegungen Teil II	Thema 3: QiGong als medizinisches Mittel	
16:30		a) Die medizinische Anleitung	
		b) QiGong für die Selbstheilung bei Diabetes	
16:40	GuoLin QiGong	Thema 4: QiGong in China und Europa - Unterschiede, Gemeinsamkeiten, Entwicklungen	
17:30			
17:40	Thema 5: Umdenken der modernen Medizin, nicht nur für Therapeuten - Zum		
18:30	Thema: Was „macht“ gesund?		
<b>SONNTAG, 10. Mai 2009</b>			
	<b>DEMO (3-Feld-Halle)</b>	<b>VORTRAG (Musikzimmer)</b>	<b>LERNEN (Aula)</b>
08:30			
09:00	Gemeinsame Übungen: Acht Brokate QiGong		
09:30			
09:40	Nieren QiGong	Thema 6: Integrierte Beziehung zwischen Körperhaltung und Psyche	Herz QiGong <b>bis 11:10</b>
10:30		a) Die Haltung im QiGong als Ausdruck körperlich-geistiger Wechselwirkungen	
		b) Die körperliche Übung unterstützt die psycho-emotionale Regulation	
10:40		Thema 7: Die Bedeutung der eigenen Initiative in der Krebsvorsorge und Therapie	
11:10	Wesentliche Anforderungen und Wirkungsmechanismen von medizinischem	a) Wie Bewegung und Sport das Risiko an Krebs zu erkranken senken können	
11:30	QiGong an Beispielen von westlichen Krankheitsbefunden zu den Übungen aus	b) Die Wirkung des QiGong in der onkologischen Rehabilitation und Nachsorge	
12:00	dem Ausbildungsspektrum		
12:00	RuJing - Meditation nach der TCM		
12:30			
12:40	Moderierte Podiumsdiskussion/Resumé		
13:30			
15:00	Sonderprogramm: Meditation im Meditationshaus Dietfurt		
17:00			