



NaturKontakt

QiGong-Seminar

Spiel der 5 Tiere

Samstag 15.6. – Sonntag 16.6.2019

Übungsreihe

Spiel der 5 Tiere

die 5 Elemente und Meridianlehre

Tiger

Leber

Hirsch

Niere

Bär

Milz

Affe

Herz

Vogel

Lunge

8 Stunden Unterricht

Übungsort:

Dietfurt an der Altmühl

Alter Kindergarten, Premerzhofer Weg 1
bei gutem Wetter im Franziskuspark

Programmvorschlag

Samstag 15.6.2019

9.00 Uhr

Tee zum Ankommen

QiGong - Unterricht

praktisch und theoretisch

12.00 Uhr

Mittagspause

15.00 Uhr

QiGong im Park

oder im Übungsraum

mit Teepause

17.00 Uhr

Sonntag 16.6.2019

9.00 – 12.00 Uhr

Wiederholungen

im Übungsraum

Heilsame Bewegungsformen basieren auf den Jahrtausende alten und modernen Erfahrungen Chinesischer Meister. Grundlagen der Traditionellen Chinesischen Medizin TCM und Philosophie.

Anwendung des Meridianklopfers

Teilnahmegebühren:

ab 4 Personen

je 95 €

QiGong-Kenntnisse sind vorteilhaft.

Bitte mitbringen

bequeme Kleidung

Outdoorkleidung

evtl. Decke und Kissen für die Pause

Anmeldung bis 7.6.2019 möglich

Veranstalter und Kursleitung

NaturKontakt

Marlene Gmelch-Werner

QiGong-Lehrerin des Laoshan Zentrums für

Lebenspflege, Mitglied der Laoshan Union

www.naturkontakt.com

Tel. 08464 605200 mail@naturkontakt.com

