



NaturKontakt

## QIGONG

### - PROGRAMM AB SOMMER 2011 -

**QiGong** ist eine der fünf bekanntesten Heilmethoden der Traditionellen Chinesischen Medizin. Dabei wird die eigene Aktivität zur Gesundheitsförderung, Vorbeugung und Heilung besonders hoch geachtet.

**QiGong** fördert die Selbstheilungskräfte, verleiht Beweglichkeit durch elastische, dynamische Übungsformen, aktiviert den Bewegungsapparat aus Gelenken, Sehnen und Muskeln im Zusammenspiel mit sensibler Anregung der Gefäße.

Gelassenheit, Ausdauer und ausgewählte ästhetische Bewegungen führen zum Wohlbefinden, einem harmonischen Gefühl, das Körper, Geist und Atem einbezieht.

### Seminare

– bitte schriftlich anmelden (siehe Formular) –

#### Wochenendseminare:

		Kursgebühr:
16. / 17. Juli	QiGong zur Gesundheitspflege	125 €
17. / 18. September	Taiji Quan 24 (Peking-Form) mit Tan Huck Gea ( <a href="http://www.laoshan-in-bad-emstal.de/">http://www.laoshan-in-bad-emstal.de/</a> )	125 €

#### Wochenseminare\*:

28. August - 1. September	QiGong & Naturerfahrung	390 €
* Täglich 6 Std. Üben, im Raum und an ausgewählten Plätzen in der Natur, Wandern, Picknick, Einführung in die Meridianlehre nach TCM		

### QiGong im Park

Sa, 30.07. – 8.00 Uhr	Franziskuspark am Franziskanerkloster, Dietfurt
Sa, 13.08. – 8.00 Uhr	Franziskuspark am Franziskanerkloster, Dietfurt
Sa, 24.09. – 8.00 Uhr	Franziskuspark am Franziskanerkloster, Dietfurt

### 3. Symposium Medizinisches QiGong

11. – 13.11.2011	Symposium, 7-Täler-Halle, Dietfurt
Fr, 11.11.	Abendgala
Sa, 12.11.	„12 Bewegungen Teil I“ - Übungseinheit im großen Saal Leitung Marlene Gmelch-Werner, NaturKontakt

### QiGong mit den chinesischen Meistern

Do, 24.11. – 20.00 Uhr	QiGong mit Prof. QingBo Sui, Alter Kintergarten Dietfurt
Do, 08.12. – 20.00 Uhr	QiGong mit Prof. QingBo Sui, Alter Kintergarten Dietfurt

# ANMELDEFORMULAR

## Wochenend-/Wochenseminar QiGong

Anmeldevorgang:

1. Anmeldeformular leserlich ausfüllen und bis Anmeldeschluss (1 Woche vor Kursbeginn) per E-Mail oder Post schicken an: **NaturKontakt - Marlene Gmelch-Werner - Industriestr. 10 - 92345 Dietfurt a. d. Altmühl** bzw. [mail@naturkontakt.com](mailto:mail@naturkontakt.com)
2. Anmeldebestätigung und Rechnung abwarten. Hinweis: Begrenzte Teilnehmerzahl! Anmeldung erfolgt nach Reihenfolge des Eingangs der Formulare.
3. Kursgebühr - nach Erhalt von Anmeldebestätigung und Rechnung - entrichten.
4. Nach Eingang der Kursgebühr ist die Anmeldung vollständig und gültig.

### Seminar

Wochenende

Woche

Datum: \_\_\_\_\_

Kursgebühr: \_\_\_\_\_

Vorname / Name: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ / Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Ggf. Anmerkungen: \_\_\_\_\_

Bedingungen: Die Kursgebühr werde ich nach Erhalt der Anmeldebestätigung umgehend auf das angegebene Konto überweisen. Ich bin einverstanden, dass bei Stornierung nach dem Anmeldeschluss (1 Woche vor Kursbeginn) eine Gebühr von EUR 50,00 fällig wird oder ich eine Ersatzperson stellen darf. Ich trage für mich selbst die Verantwortung und hafte selbst für entstandene Krankheiten, Verletzungen, Personen- und Sachschäden.

Datum, Ort:

Unterschrift: