



NaturKontakt

QiGong Seminar zur Lebenspflege

Samstag 8.10.2022

Ziele und Inhalte

- Selbstheilungskräfte fördern
- Innere Ruhe und Bewegung verbinden
- **18 Harmonische Bewegungen**
- **GuoLin QiGong**
heilsame, leicht erlernbare
Bewegungsfolgen, basierend auf den
Jahrtausende alten und modernen
Erfahrungen Chinesischer Meister
 - 5 Stunden Unterricht
 - Grundlagen der
Traditionellen Chinesischen Medizin
TCM und Philosophie
 - Anwendung des Meridianklopfers
 - Anleitung zur Selbstbehandlung
TuiNaAnMo

Programmvorschlag

Samstag, 8.10.2022

9.00 Uhr - 12.00 Uhr

Tee zum Ankommen

QiGong - Unterricht

in Praxis und Theorie

Meridianklopfen

Tui Na An Mo

Mittagspause

14.00 Uhr - 16.00 Uhr

QiGong Wiederholungen

sowie

**GuoLin QiGong-
Gehen und Atmen**

in der Natur

**Das Seminar eignet sich sowohl für
Einsteiger als auch für Geübte.**

Teilnahmegebühren

ab 4 Personen

je 65 €

Es ist ausreichend Platz
durch begrenzte Teilnehmerzahl.

Bitte Mitbringen

bequeme Kleidung,

evtl. Decke und Kissen für die Pause

evtl. Thermoskanne

Anmeldung ist möglich bis 1.10.2022.

Veranstalter und Kursleitung

NaturKontakt

Marlene Gmelch-Werner

QiGong-Lehrerin des Laoshan Zentrums für

Lebenspflege, Mitglied der Laoshan Union

Übungsort:

Dietfurt an der Altmühl

Alter Kindergarten, Premerzhof Weg 1

bei gutem Wetter im Franziskuspark

oder auf dem QiGong-Weg

www.naturkontakt.com

Tel. 08464 605200 und

0151 5224 9273

mail@naturkontakt.com

