

# SEMINARE

## am Wochenende

### DIE 8 BROKATE

13.6., 14.00 - 18.00 Uhr  
14.6., 09.00 - 13.00Uhr

170 Euro

Historische Qi Gong-Form, die Gegensätzliches wie leicht und kraftvoll, harmonisch und kämpferisch vereint. Sehr gut zum Einstieg in Qi Gong geeignet um die Essenz des medizinischen Qi Gong kennenzulernen. Ein Allrounder für Körper, Geist und Seele!

### DIE 12-TEILIGE FORM

27.6., 10.00 - 17.00 Uhr  
28.6., 09.00 - 13.00 Uhr

240 Euro

Das "Best-of" aller medizinischen Qi Gong-Formen. Die Übungen sprechen alle inneren Organe, Körperstrukturen und Funktionen an, bringen Kraft, harmonisieren Yin und Yang und das Nervensystem.

### WIEDERHOLUNG 8 BROKATE

18.07.  
14.00 - 17.00 Uhr

65 Euro

Wiederholen und Vertiefen aller Brokatübungen für Kenner der Form

### TUINA & MEDITATION

1.8., 14.00 - 18.00 Uhr  
2.8., 09.00 - 13.00 Uhr

170 Euro

TuiNa-Selbstakupressur für die Eigenbehandlung und das Kennenlernen von Akupressurpunkten, sowie Meditationen wie "das innere Lächeln", die Geh- und Stehmeditation und "der kleine-Energie-Kreislauf".

### WANDLUNGSPHASEN/ DIE PSYCHE

22.8., 10.00 - 17.00 Uhr  
23.8., 09.00 - 13.00 Uhr

240 Euro

Hier steht das Nervensystem im Fokus. Es werden Qi Gong-, TuiNa-, Meridianübungen und Meditationen vermittelt, die das Nervensystem beruhigen, regulieren und stärken.

### LEBER-QI GONG

10.10., 14.00 - 18.00 Uhr  
11.10., 09.00 - 13.00Uhr

170 Euro

Die Übungen regulieren die Leber- und Gallenfunktion, stärken Sehnen und Muskeln, fördern die Augengesundheit und Entgiftungsleistung. Die nach TCM zugehörige Emotion Wut kommt in ihre Mitte.

Da wir je nach Teilnehmeranzahl einen externen Raum in Alsbach anmieten müssen, ist die Anmeldefrist jeweils 14 Tage vor Seminarbeginn.