

Eine Woche mit QingBo im August

(zusätzliches Programm)

Programm für 18. August – 24. August 2024

(Änderungen vorbehalten)

Seminarleitung: Prof. h.c. Sui Qingbo

Sonntag	19.30 Uhr	Anreise und Begrüßung im Bildungszentrum
Montag bis	07.00 – 08.30 Uhr	TaiJi QiGong 18 Bewegungen / Geh-Meditation
Freitag	10.30 – 11.30 Uhr	Theorie (Integrierende Regulierung von Geist, Körper und Atem) und Sitzende Meditation
	15.00 – 16.00 Uhr	Sitzende Meditation
	16.00 – 17.00 Uhr	TaiJi Quan 24 leicht gemacht
Samstag	07.00 – 08.00 Uhr	Gemeinsame Übungen
	09.30 Uhr	Abfahrt Sammeltaxi!

Wichtige Infos:

Zum Unterricht bitte genügend zum Trinken mitbringen, damit du für deinen Flüssigkeitshaushalt sorgen kannst. Für die Gehmeditation ist es wichtig, dass deine Hände frei sind um die Übungen ungehindert durchführen zu können.

Plätze: 15

Preis inkl. 20% MWST: 612,- €

Seminarort/Anmeldung:

**Bildungszentrum für Chinesische Medizin & Lebenspflege
Lebenspflege Weg 1, 4164 Schwarzenberg a. B., Österreich
Tel.: +43 670 4008883**

Webseite: www.tcm-lebenspflege-schwarzenberg.at

E-Mail: info@tcm-lebenspflege.at

