

Wochenend-Workshop in Hamburg

Programm: 16. November – 17. November 2024

(Änderungen vorbehalten)

Seminarleitung: Frau Du Hong Lena, Prof. h.c. Sui Qingbo

Samstag	10.00 – 10.15 Uhr	Begrüßung und Vorstellung
	10.30 – 11.45 Uhr	TaiJi QiGong 18 Bewegungen Teil I
	12.00 – 13.00 Uhr	TaiJi BaiLong Ball
	Mittagpause	
	14.15 – 15.15 Uhr	Lungen QiGong
	15.30 – 16.45 Uhr	Meridianklopfen – Meditation
Sonntag	10.00 – 11.00 Uhr	TaiJi QiGong 18 Bewegungen Teil II
	11.15 – 12.30 Uhr	Geh-Meditation - XiXiHu

Tipp: Bitte für den Unterricht immer genügend zum Trinken mitbringen, damit du gut für deinen Flüssigkeitshaushalt sorgen kannst.

Seminarort:

Schule Rothestraße Hamburg
Karl-Theodor-Straße 18, 22765 Hamburg

Information und Anmeldung:

Bildungseinrichtung für Chinesische Medizin und Lebenspflege GmbH
Lebenspflegeweg 1, 4164 Schwarzenberg a.B., Österreich
Webseite: www.tcm-lebenspflege-schwarzenberg.at
E-Mail: info@tcm-lebenspflege.at, Tel.: +43 670 4008883

