

QIGONG – WOCHE

(auch für Anfänger und Einsteiger geeignet)

Programm für: 14. Juli – 20. Juli 2024

(Änderungen vorbehalten)

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

Sonntag	19.30 Uhr	Anreise und Begrüßung im Bildungszentrum
Montag bis	07.00 – 08.00 Uhr	8 Brokate und Herz QiGong
Freitag	10.00 – 11.30 Uhr	Geh-Meditation XiXiHu (Theorie und Praxis)
	15.00 – 16.00 Uhr	TaiJi QiGong 18 Bewegungen Teil I
	16.00 – 17.00 Uhr	Kranich QiGong
Samstag	07.00 – 08.00 Uhr	Gemeinsame Übungen
	09.30 Uhr	Abfahrt Sammeltaxi!

Wichtige Info:

Zum Unterricht bitte genügend zum Trinken mitbringen, damit du für deinen Flüssigkeitshaushalt sorgen kannst.

Wer will, kann auch seine eigenen Meridianklopfer mitbringen.

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

