LAOSHAN ZENTRUM

SOMMERAKADEMIE

Programm für: 02. August – 06. August 2027

(Änderungen vorbehalten)

	Seminarleitung:	**Frau Du Hong Lena, Prof. h.c. Sui Qingbo**
Sonntag		Anreise zum Bildungszentrum, Schwarzenberg a.B./OÖ
Montag bis	**07.00 – 08.00 Uhr**	QiGong 18 Bewegungen Teil I und Acht Brokate mit Lena
Freitag	**10.00 – 11.30 Uhr**	Geh-Meditation XiXiHu (Theorie und Praxis) mit QingBo
	15.00 – 16.00 Uhr	TaiJi Quan 24 Figuren mit Lena **oder** Selbst TuiNaAnMo und Meridianklopfen mit QingBo
	16.00 – 17.00 Uhr	TaiJi Bailong Ball und Sitzende Meditation
Samstag	**09.30 Uhr**	Abreise/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 und bitte an festes Schuhwerk für draußen denken.

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

Lebenspflege® EDUCATION