



QI GONG TRAINING 2018

30.7.-5.8.18 Qi Gong & Meditation im BergZendo

In dieser Woche widmen wir uns bewegten & stillen Übungen des Qi Gong & Nei Yang Gong (=Innennährendes Qi Gong). Qi Gong ist ein ganzheitlicher Weg, der unser Sein auf allen Ebenen anspricht. Auf der körperlichen Ebene werden Ausdauer, Koordination & Kraft geschult. Auf der emotionalen, mentalen & geistigen Ebene führt uns die Qi Gong Praxis zu innerer Klarheit und fördert das (Ur)Vertrauen.

Qi Gong lädt uns ein in der Bewegung Stille zu erfahren, unsere Herzen zu öffnen und den Geist klar werden zu lassen – in einem geschützten achtsamen Raum entsteht so ein kraftvolles Feld der Heilung.

Jede/r Qi Gong Interessierte ist herzlich willkommen. Es sind keine besondere Qi Gong Vorkenntnisse erforderlich, lediglich die Bereitschaft sich auf eine tiefe Übungspraxis & innere Einkehr einzulassen. Mehr Info auf www.daowege.de

Das Qi Gong Training richtet sich

- an alle Qi Gong interessierten Menschen, die Qi Gong kennenlernen / vertiefen möchten
- als Weiterbildung an Qi Gong KursleiterInnen, LehrerInnen, Therapeuten, Pädagogen etc, die ihre Praxis vertiefen möchten & neue Impulse für das eigene Wirken suchen
- an Menschen, die Qi Gong unterrichten möchten & sich für eine Qi Gong Ausbildung interessieren. Weitere Infos zu unserem Ausbildungskonzept auf Anfrage erhältlich.

SEMINARORT BergZendo Hohe Wand in Österreich bei Wien www.bergzendo.at

SEMINARABLAUF & ÜBUNGSZEITEN

Mo	Anreise bis abends 17.30 Uhr mit Abendessen & Üben von 19.00 – 21.00
Di – So	7.30 – 8.30 Uhr / 10.00 – 13.00 Uhr / 19.00 – 21.00 (Übungszeiten)
Do	7.30 – 8.30 Uhr / 19.00 – 21.00 Uhr – dazwischen frei
So	7.30 – 8.30 Uhr / 9.30 - 11.00 Abschlussrunde & Abreise

Wir werden so viel wie möglich im Freien an der frischen Bergluft üben. In den Übungseinheiten

gibt es angemessene Pausen. Morgens wird optional stille Meditation (Zazen) angeboten. Die Nachmittage stehen zur freien Verfügung und laden ein die wunderbare Umgebung zu genießen.

KURSBEITRAG Frühbucher 480 € * / regulär 530 € (40 UE) ,

zuzügl. Übernachtung & Verpflegung

im DZ 50 € pro Nacht/ pro Person inkl. biologisches & vegetarische/vegane Halbpension

im EZ 60 € pro Nacht/ pro Person inkl. biologisches & vegetarisch/vegane Halbpension

Übernachtung & Verpflegungsbeitrag bitte am Anreisetag vor Ort in bar entrichten.

**Frühbucherbeitrag bei Anmeldung bis 30.5.18. Wir empfehlen eine frühzeitige Anmeldung, da die Anzahl der Zimmer begrenzt ist. Mind. 8 & max. 16 TeilnehmerInnen.*

Eine verbindliche Seminaranmeldung ist erforderlich. Bitte melden Sie sich frühzeitig online an <http://www.daowege.de/anmelden/> und beachten Sie die Stornobedingungen (AGB).

EINIGE STIMMEN VON TEILNEHMER/INNEN UNSERER QI GONG SEMINARE

"Ein besonderes Erlebnis in einer tollen Gruppe, um Kraft zu schöpfen und Ruhe zu tanken, einfach vom Alltag loszulassen... "

„Es war wirklich nährend! Ich bin sehr froh, da gewesen zu sein & nehme wieder Impulse mit in meinen Alltag...“

„Vielen Dank für alles! Ich genieße eure Herzenswärme, die tolle Anleitung und die große Ruhe.“

„Ich hätte nie gedacht das mit Qi-Gong so viel in Bewegung kommt. Körper und Geist gehen neue Wege und ich bin gespannt was mir noch alles begegnen wird. Die Sanftmut und große Umsicht der Kursleiterin Feryal hat auch sehr viel zum Wohlbefinden während des Kurses beigetragen. Eine sehr angeschlagene Gesundheit wurde bei mir mit Qi-Gong schon erheblich besser ..“

„Ich danke dir - es ist unglaublich, was das Qi Gong bewegt und ich bin immer wieder erstaunt, welche Unterschiede und Impulse sich durch das gemeinsame Üben in der Gruppe über einen längeren Zeitraum eröffnen...das gemeinsame Praktizieren war unglaublich aktivierend und ich fühle mich sehr energiegeladen, gleichzeitig aber auch ruhig und fokussiert. Ich danke dir für deine wunderbare Art, die Übungen anzuleiten und den Zugang dazu zu legen - es war ein wunderbares Wochenende ...“

„Qi Gong bietet für mich die optimale Möglichkeit, mich frei und ungezwungen mit mir zu beschäftigen . Während und auch nach den Übungen ist das Gefühl sich selbst in der Gesamtheit zu spüren einfach fabelhaft und unter anderen Umständen wäre mir das womöglich nicht so gelungen wie in diesem Kreis in wunderschöner Umgebung. Das Erlebnis ist so einmalig, wie jeder selbst.“

„Ich versuche meine Eindrücke und Empfindungen in Adjektiven auszudrücken: liebevoll, zärtlich, sanft, bereichernd, empfangend, aufnehmend, Schätze speichern...neue, sehr wertvolle Lebensqualität. Dankbar, dir begegnet zu sein...Du bist einzigartig einfühlsam.... Danke aus tiefstem Herzen.“

Vielen Dank für die "Auszeit" - es war wunderschön und wirkt noch immer nach. Die Übungen sind toll und tun mir so gut. Und vor allem deine Art des Unterrichtens hat mir sehr gut getan – getragen, eingebunden, sanft und kraftvoll, alles darf und nichts muss. Was sich auch in der Gruppe widerspiegelt.“