



Bewegung in Ruhe Ruhe in der Bewegung

Workshops 2019

In diesem Jahr werde ich **Themen-Workshops (schwarz)** geben sowie eine 5-teilige **Workshop-Reihe** zum Thema **Selbstheilungsmethoden (blau)** anbieten. Die Seminare der Workshop-Reihe sind einzeln oder als Block (mit Rabatt. Siehe Website.) buchbar.

Wenn nicht anders beschrieben, sind die Workshops für alle Interessierten - mit und ohne Qigong-Vorkenntnisse - geeignet.

Alle Preise inkl. Skript, Snacks und Getränke

Januar

19.01.2019 **Gesichtspflegende Methode des Hui Chun Gong** | 10:00-17:00 Uhr | 80,00€

März

16.03.2019 **Den Pfad betreten - Einführung in die Meditation** | 10:00-17:00 Uhr | 80,00€

Mai

04./05.05.2019 **Grundlagen & Vertiefung** | Sa 10:00-17:00 Uhr und So 10:00-14:00 Uhr | 125,00€

Juni

15.06.2019 **Teil I: Kneifen, Klopfen, Streichen: Selbstmassagetechniken für die tägliche Gesundheitspflege** | 10:00-17:00 Uhr | 80,00€

Juli

06./07.07.2019 **Teil II: Reise in die Körperzelle oder wie das Bewusstsein das Sein erschafft**
| Sa 10:00-17:00 Uhr und So 10:00-14:00 Uhr | 125,00€

August

24./25.08.2019 **Mandala-Malen & Meditation** | Sa 10:00-17:00 Uhr und So 10:00-14:00 Uhr | 130,00€ inkl. Material

30.08./31.08.2019 **Grundlagen & Vertiefung** | Fr 17:00-20:30 Uhr und Sa 10:00-17:00 Uhr | 120,00€

September

28./29.09.2019 **Die 8 Brokate** | Sa 10:00-17:00 Uhr und So 10:00-14:00 Uhr | 125,00€

Oktober

03.-06.10.2019 **Medizinbuddha-Meditation & körperorientiertes Achtsamkeitstraining** in Halscheid | Do ca. 14:00 - So Mittag | 200,00€ inkl. Übernachtung | Retreat-Zentrum Halscheid | Auf dem Kuppen 7 51570 Windeck | Tel: 0049 (0)2292 74 38 | Fax: 0049 (0)2292 6327 | www.halscheid-retreat.de

12.10.2019 **Teil IV: Stehen wie eine Kiefer - Präsenz und Verbundenheit** | 10:00-17:00 Uhr | 80,00€

November

09./10.11.2019 **Teil III: Die Kraft des inneren Lächelns** | Sa 10:00-17:00 Uhr und So 10:00-14:00 Uhr | 125,00€

Dezember

07./08.12.2019 **Hui Chun Gong 1. Stufe der Stehenden Methode** | Sa 10:00-17:00 Uhr und So 10:00-14:00 Uhr | 125,00€

=====

Übungsabende 2019

Die Übungsabende stehen bisherigen TN aller Kurse & Workshops offen.

Eine schriftliche Anmeldung ist unbedingt erforderlich!

Die Dauer/der Preis kann je nach Anzahl der Anmeldungen variieren (16,- bei 120 min/12,50€ bei 90 min). Bitte den Beitrag erst überweisen, wenn Ihr die genauen Infos zum Abend erhaltet. Oder passend in bar am Abend mitbringen.

Dienstag	30.04.			01.07.		24.09.		12.11.	
Mittwoch		08.05.	12.06.		28.08.		09.10.		04.12.

=====

2020 Ausblick

Januar

18./19.01.2020 **Teil V: Der Sinn des Lebens - Die eigene Bestimmung finden** | Sa 10:00-17:00 Uhr und So 10:00-14:00 Uhr | 130,00€

Februar

15.02.2020 **Grundlagen & Vertiefung** | 10:00-17:00 Uhr | 80,00€

März

14./15.03.2020 **Chan Mi Gong Basis-Übung - Spezielles Wirbelsäulentraining des Qigong** | Sa 10:00-17:00 Uhr und So 10:00-14:00 Uhr | 125,00€

April

25./26.04.2020 **Die 8 Brokate** | Sa 10:00-17:00 Uhr und So 10:00-14:00 Uhr | 125,00€

Mai

24./25.08.2019 **Mandalas - Malen & Meditation** | Sa 10:00-17:00 Uhr und So 10:00-14:00 Uhr | 130,00€ inkl. Material

Juni/Juli

06./07.06.2020

28.06.-04.07.2020 **Qigong-Ferienwoche** in

Irrtum & Änderungen vorbehalten. Die aktuelle Version des Programms finden Sie auf der Website www.qigong-schule-wuppertal.de