

Qigong Yangsheng

Lehrsystem Jiao Guorui

Übungen für "Körper-Seele-Geist"
zur Entspannung, zur Kräftigung
zur Zentrierung

Wöchentlich stattfindende Kurse

Januar – April 2014

→ montags im „Süden“

18:00 – 19:30 Uhr

Die 15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong – Grundkurs
27.1. - 7.4. 2014 | 11 Termine | € 176

19:45 – 21:15 Uhr

**Die 15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong –
Wiederholungs- und Vertiefungskurs u Youfagong**
27.1. - 7.4. 2014 | 11 Termine | € 176

→ dienstags im „Süden“

9:30 – 11:00 Uhr

**Die 15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong –
Vertiefungskurs und Das Spiel der 5 Tiere -Einführung**
28.1. - 8.4. 2014 | 11 Termine | € 176

→ mittwochs im Agnesviertel

18:00 – 19:30 Uhr

Die 15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong – Grundkurs
29.1. - 9.4. 2014 | 11 Termine | € 176

19:45 – 21:15

Die 8 Brokatübungen – Grundkurs
29.1. - 9.4. 2014 | 11 Termine | € 176

→ donnerstags im „Süden“

18:00 – 19:30 Uhr

Die 8 Brokatübungen – Grundkurs
30.1. - 10.4. 2014 | 11 Termine | € 176

19:45 – 21:15 Uhr

**Die 8 Brokatübungen – Wiederholungs- und
Vertiefungskurs u Youfagong**
30.1. - 10.4. 2014 | 11 Termine | € 176

→ freitags im „Süden“

8:00 – 9:00 Uhr

**Qigong-Übungen für einen guten Start in den Tag –
Grundkurs**
31.1. - 11.4. 2014 (nicht 21.3.) | 10 Termine | € 100

10:00 – 11:30 Uhr

**Die 15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong –
Wiederholungskurs**
31.1. - 11.4. 2014 (nicht 21.3.) | 10 Termine | € 160

Kompakt-Seminare und Vortrag Januar – Juli 2014

Sa. 1. Februar

Didaktische Aspekte im Leiten von Gruppen **
Leitung: Katrin Arnold

Sa. 8. - So. 9. Februar

**Die 15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong –
Grundkurs 1. Teil (F1) ****

Sa. 15. Februar

Das Spiel der 5 Tiere – Zum Kennenlernen

Sa. 22. - So. 23. Februar

Stehen-wie-ein-Pfahl - Einführung (P1) in Bonn**

Sa. 1. März

Die 8 Brokatübungen – Zum Kennenlernen

Sa. 8. März

Das Spiel der 5 Tiere – Übungstag zum Wiederholen (TÜ)**

Sa. 15. - So. 16. März

**Die 15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong –
Grundkurs 2. Teil (F2) ****

Leitung: Dr. med. Irmtraud Kauschat

Fr. 21. März

**Vortrag: „Wind und Knochen“ - Naturphänomene
in den Qigong-Übungen**** PD Dr. med. Gisela Hildenbrand

Fr. 21. - So. 23. März

Die 8 Brokatübungen – Vertiefung der WB **

Sa. 12. April

**Die 15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong –
Übungstag für WiederholerInnen (FÜ) ****

So. 13. April

**Die 15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong –
Zum Kennenlernen**

Fr. 9. - So. 11. Mai

**Die 15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong –
Wiederholung (F3) ****

So. 18. Mai

Die 8 Brokatübungen – Wiederholung

Sa. 14. Juni

Das Spiel der 5 Tiere – Wiederholung

Sa. 28. - So. 29. Juni

Stehen-wie-ein-Pfahl – Wiederholung (P2) in Bonn**

Mi. 2. - So. 6. Juli

**Die 15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong –
Vertiefung (F4) ****

Kursorte

Alle Kurse und Seminare finden in der Regel im „Süden“ statt.
Die Kurse mit den ** sind Kurse der Med. Gesellschaft, Bonn.

im „Süden“ = Neustadt Süd

Helfta-Seminar, Kaesenstr. 14-16, 50677 Köln (Eifelplatz)

im Agnesviertel = Praxis Dr. B. Kermani

Clever Str. 18, 50668 Köln, (Nähe Ebertplatz)

An- und Abmeldebedingung: s. Meine Webseite

Für weitere Fragen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung!

Roswith Schläpfer

Eifelstr. 36, 50677 Köln

Tel. 0221-326 720 oder 0171-899 1950, Fax 304 9664

[info@ bzwww.qigong-kurse-schlaepfer.de](mailto:info@bzwww.qigong-kurse-schlaepfer.de)