

Zhineng Qigong Basis Workshop

Ganzheitlich gesund mit medizinischem Qigong

ENT Spannung
Am 28.-29.11.2020 in Schauenburg



Alle Zhineng Qigong Übungen beginnen mit einer Entspannungsmeditation. Während der Übung entspannen wir uns dann noch tiefer, da durch die Konzentration auf die sanften und fließenden Bewegungen Verspannungen mühelos und ganz natürlich losgelassen werden. Regelmäßiges Praktizieren baut zudem Stress ab, stärkt das Immunsystem und die Beweglichkeit, verbessert Schlafqualität und Konzentrationsfähigkeit und steigert das physische und mentale Wohlbefinden. Die Selbstheilungskräfte werden angeregt, wir leben gesünder, achtsamer, ausgeglichener und harmonischer. Spezielle Übungen der Stufe 2 helfen, in Problembereichen wie Schultern und Lendenwirbeln Schmerzen & Verspannungen abzubauen. Meditation & Achtsamkeitspraxis unterstützen während des ganzen Workshops den inneren Prozess.

Seminarinhalte

Schwerpunkt dieses Workshops ist das Thema ENTspannung. Neben Übungen der Zhineng Qigong Stufen 1 & 2 werden auch Meditationstechniken unterrichtet, die die körperliche und geistige Entspannung unterstützen. Verspannungen des Schulter- und Lendenwirbelbereichs werden gezielt ENT spannt. Eine Kombination aus Theorie und Praxis führt zu einem ganzheitlichen Verständnis der Übungen und Heilmeditationen, so dass diese gut im Alltag weitergeübt werden können (mit oder ohne DVD).

Zielgruppe

Für alle, die sich gestresst fühlen, erkrankt oder erschöpft sind, Methoden der Entspannung, Stressreduktion und zur Steigerung der Vitalität und Kräftigung des Körpers erlernen möchten. Das Seminar richtet sich an alle, die ihre eigene Heilkraft aktivieren möchten, das Immunsystem stärken und wieder zu Ruhe und innerer Balance finden wollen. Es ist keine Vorerfahrung nötig.

Ort: Zhineng Qigong Institut, Am Sonnenhang 14, 34270 Schauenburg

Kosten des Workshops: 200 € (wer möchte DVD 20€)
Begrenzte Teilnehmerzahl: 8



**Referentin Birgit Becker-Petersen,
Zhineng Qigong Lehrerin & Ausbilderin**

Die Übungen des Zhineng qigong waren für mich Liebe auf den ersten Blick. In der Anbindung an Himmel und Erde finde ich tiefe Entspannung, Kraft, Gesundheit und Vitalität. Wenn ich selbst von etwas begeistert bin, möchte ich es auch weitergeben.



Mehr Information und Anmeldung

Zhineng Qigong Institut
www.zhineng-qigong.net

Kurse • Seminare • Ausbildung • Einzelbegleitung
Am Sonnenhang 14 • 34270 Schauenburg
05601-2577 • 0176-52071317
zhineng-qigong@t-online.de

Anmeldeformular Zhineng Qigong Basis Workshop Ganzheitlich gesund mit medizinischem Qigong ENT - Spannung am 28. – 29. November 2020

Name : _____

Vorname: _____

Straße : _____

Wohnort: _____

Email : _____

Telefon: _____

Seminarort: Zhineng Qigong Institut, Am Sonnenhang 14, 34270 Schauenburg

Uhrzeiten: jeweils 9:30 – 12:00 und 14:00 bis 17:00 Uhr, am Sonntag bis 16:30 Uhr

Die Workshopgebühr beträgt 200 Euro. Die Rücksendung des ausgefüllten und unterschriebenen Anmeldeformulars stellt eine rechtsverbindliche Anmeldung dar. Mit der Rücksendung des Anmeldeformulars wird innerhalb einer Woche eine Anzahlung in Höhe von 100 Euro fällig. De Restzahlung ist spätestens zwei Wochen vor Workshopbeginn zu entrichten.

Bei einem Rücktritt bis zu drei Wochen vor Workshopbeginn wird eine Anmeldegebühr von 40 Euro, ab drei Wochen vor Workshopbeginn von 100 Euro einbehalten. Bei einer Absage zwei Tage vor, am Tag des Workshopbeginns selbst oder nach Workshopstart wird die gesamte Kursgebühr fällig, es sei denn, der Teilnehmer benennt einen Ersatzteilnehmer. Sollte der Workshop komplett ausfallen, wird dem Teilnehmer die bereits entrichtete Kursgebühr gänzlich zurückerstattet. Ein Anspruch auf Teilerstattungen bei Nichtbesuch einzelner Tage besteht nicht. Kosten für Übernachtung und Verpflegung sind nicht im Preis inbegriffen.

Mit seiner Unterschrift und Anmeldung bestätigt der Teilnehmer, dass er am Workshop auf alleinige Gefahr und alleiniges Risiko teilnimmt. Eventuelle Risiken sind vor der Anmeldung und Teilnahme mit einem Arzt oder Therapeuten abzuklären.

Ebenso bestätigt der Teilnehmer mit seiner Unterschrift, dass er mit der Erhebung seiner Daten zum Zwecke der Kontaktaufnahme und Information einverstanden ist. Wir verpflichten uns im Rahmen unserer Datenschutzerklärung, mit Ihren persönlichen Daten verantwortungsbewusst umzugehen und sie in keinem Fall an Dritte weiterzugeben. Im Übrigen gelten unsere AGB und unsere Datenschutzerklärung.

Bitte senden Sie das ausgefüllte und unterschriebene Anmeldeformular an: Zhineng Qigong Institut, Birgit Becker-Petersen, Am Sonnenhang 14, 34270 Schauenburg (oder unterschrieben einscannen und per email schicken)

Ort, Datum: _____

Unterschrift: _____



Zhineng Qigong Institut Birgit-Becker-Petersen, Am Sonnenhang 14, 34270 Schauenburg

Telefon 05601-2577, mobil: 0176-52071317, email: zhineng-qigong@t-online.de

Kontoinhaber: Birgit Becker-Petersen, IBAN: DE45 7635 1040 0020 4611 09, BIC: BYLADEM1FOR

