

Qigongkurse 2020

Nachfolgend finden Sie eine Übersicht über die von mir unterrichteten Qigong-Kurse 2020 in Bonn, Bad Neuenahr-Ahrweiler, Kloster Ehrenstein, Schloss Ulrichshusen und Lüneburg. Für die meisten der Kurse kann ein gesonderter Flyer (Preise, Anfangstermine) heruntergeladen oder angefordert werden. Falls nicht anders vermerkt, erfolgen weitere Information und Anmeldung über mich: 02641-913 663.

Wöchentliche Übungsstunden

Fortlaufende Kurse (Einstieg jederzeit möglich)

- Für AnfängerInnen: Montag 16:30-17:15 Uhr, 15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong
- Für Fortgeschrittene: Montag 17:30-18:30 Uhr, 15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong und Neiyanggong im Wechsel

Kursort: Aula des Marienhaus Klinikums in Bad Neuenahr, Dahlienweg 3

Kurse über die Familienbildungsstätte Bad Neuenahr-Ahrweiler

- Für Fortgeschrittene: Dienstag 08:30-10:00 Uhr, Neiyanggong nach Liu Yafei,
- Für Fortgeschrittene: Dienstag 10:15-11:45 Uhr, Neiyanggong nach Liu Yafei

Information und Anmeldung 02641-27039, www.fbs-bna.de

Kursort: Mehrgenerationenhaus, Weststr. 6, 53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler
Anfangstermine 3x jährlich: 14.01.2020, 21.04.2020

Kurs in Bonn

- Donnerstag 10:15-11:45 Uhr, Neiyanggong für TeilnehmerInnen mit längerer Übungspraxis

Colmantstr. 9, 53115 Bonn, www.qigong-yangsheng-bonn.de

Anmeldung und mehr Information: 02641- 913 663

Anfangstermine 3x jährlich: 16.01.2020, 23.04.2020, 24.09.2020

Übungswochenenden/Seminare/Workshops

Neiyanggong-Wochenenden in Bad Neuenahr für Anfänger*innen

- 26.-27. September 2020
1. Sequenz der Mittelstufe „yi jin xing qi fa“, Übungen 1-6
Selbstmassage, Atemübungen

Kursort: Aula des Marienhaus Klinikums in Bad Neuenahr, Dahlienweg 3
Kurszeiten: jeweils Sa. 10-13 und 15-18 Uhr, So 9-12 und 14-16 Uhr

Neiyanggong-Wochenenden in Bad Neuenahr für Fortgeschrittene

- 25.-26. Januar 2020: Wiederholung der 1. Sequenz der Mittelstufe „yi jin xing qi fa“
Selbstmassage, Atemübungen
- 14.-15. März 2020, Nüzi Qigong (Frauenqigong)

- 17.-18.Oktober 2020, Wiederholung der 2.Sequenz der Mittelstufe „xing qi yan shou fa“
Selbstmassage, Atemübungen

Kursort: Aula des Marienhaus Klinikums in Bad Neuenahr, Dahlienweg 3
Kurszeiten: jeweils Sa. 10-13 und 15-18 Uhr, So 9-12 und 14-16 Uhr

Neiyanggong-Wochenenden in Lüneburg für Fortgeschrittene

- 20.-23. März 2020: ausgewählte Übungen der Grund- und Mittelstufe
- 02.-04. Okt. 2020: ausgewählte Übungen der Grund- und Mittelstufe

Kursort: Lüneburg, Tanzraum, Am Sande 52
Kurszeiten: jeweils Fr. 19-21 Uhr, Sa 10-13 und 15-18 Uhr, So 10-13 Uhr

Wochenenden im Kloster Ehrenstein

- 19.-21. Juni 2020, Neiyanggong, ausgewählte Übungen der Mittelstufe, Selbstmassage und Atemübungen
- 21.-23. August 2020, Neiyanggong, ausgewählte Übungen der Mittelstufe, Selbstmassage und Atemübungen

www.kloster-ehrenstein.de, Flyer als PDF erhältlich

Kurse über die Medizinische Gesellschaft für Qigong Yangsheng, e.V.

Anmeldung und Info www.qigong-yangsheng.de

- in Bonn

T3 – Spiel des Affen, Einführung	13.-14. Juni 2020
T4 – Spiel der 5 Tiere, Bär und Kranich, Wiederholung	14.-16. August 2020
T5 – Spiel der 5 Tiere, Tiger, Hirsch, Affe, Wiederholung	09.-11. Oktober 2020

Reisen

Studienreise nach Beidaihe 08.-30. Mai 2020

20 Tage intensives Üben im Ausbildungszentrum Beidaihe
kulturelle Ausflüge zu Sehenswürdigkeiten rund um Beidaihe, 2 Tage Datong
Veranstalter Medizinische Gesellschaft für Qigong Yangsheng e.V.

Tango trifft Qigong

eine Woche in Schloss Ulrichshusen direkt am See in Mecklenburg-Vorpommern
Tango: Gerrit Schüler und Gustavo Vidal, Qigong (Neiyanggong): Ingrid Reuther

- 02.-07. August 2020

Anmeldung und Info www.in-tango-veritas.de

Sollten Sie hier nicht den Termin oder die Methode Ihrer Wahl finden, so können Sie Einzelunterricht oder Übungsstunden in kleinen Gruppen mit mir vereinbaren.

Für Fragen und auch für eine allgemeine Beratung stehe ich gerne zur Verfügung.