

Qigongkurse 2021

Nachfolgend finden Sie eine Übersicht über die von mir unterrichteten Qigong-Kurse 2021 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: 02641-913663.

Wöchentliche Übungsstunden

Fortlaufende Kurse (Einstieg jederzeit möglich)

- Für Anfänger*innen: 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
startet im Januar vorläufig als Online-Angebot

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
startet im Januar vorläufig als Online-Angebot, 9:30-11:00 Uhr

Information und Anmeldung 02641-27039, www.fbs-bna.de
Kursort: Mehrgenerationenhaus, Weststr. 6, 53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler

Kurs in Bonn

- Donnerstag 10:15-11:45 Uhr, Neiyanggong für TeilnehmerInnen mit längerer Übungspraxis **startet im Januar vorläufig als Online-Angebot**

Colmantstr. 9, 53115 Bonn, www.qigong-yangsheng-bonn.de
Anmeldung und mehr Information: 02641- 913 663

Übungswochenenden/Seminare/Workshops

Neiyanggong-Wochenenden in Bad Neuenahr für Anfänger*innen

- 25.-26. September 2021
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

- 29.-31. Januar 2021, Wiederholung der 1. Sequenz der Mittelstufe „yi jin xing qi fa“
Selbstmassage, Atemübungen **Online per Zoom***
- 26.-28. Februar 2021, Nüzi Qigong (Frauenqigong) **Online per Zoom***

* Fr. 19-21 Uhr, Sa. 10-13 und 15-17 Uhr, So. 10-13 Uhr

- 23.-24.Okt. 2021, 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 15-17 Uhr, So 9-12 und 14-16 Uhr

Neiyanggong-Wochenenden in Lüneburg für Fortgeschrittene

- 30. April-02. Mai 2021: ausgewählte Übungen der Grund- und Mittelstufe
- 01.-03. Okt. 2021: ausgewählte Übungen der Grund- und Mittelstufe

Kursort: Lüneburg, Tanzraum, Am Sande 52
Kurszeiten: jeweils Fr. 19-21 Uhr, Sa 10-13 und 15-17 Uhr, So 10-13 Uhr

Wochenenden im Kloster Ehrenstein

- 18.-20. Juni 2021, Spiel des Tigers und Youfagong
- 20.-22. August 2021, 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

B3 – Die Acht Brokatübungen, Wiederholung	07.-09. Mai 2021
L2 – Sechs-laute-Methode, Wiederholung	10.-11. Juli 2021
B4 – Die Acht Brokatübungen, Vertiefung	14.-18. Juli 2021

Reisen

Tango trifft Qigong

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

- 01.-06. August 2021
- 08.-13. August 2021

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 weitere Informationen stehe ich gerne zur Verfügung.