

im tango trifft

NEU!!! Tango trifft Qigong 2022 - im Gut Ulrichshusen... mit Sauna & Gemütlichkeit



Gerrit Swaantje Schüler
Gustavo Vidal
Ingrid Reuther (Qigong)
Thomas Jordan (DJ)

4. bis 9. Februar 2022 - die Winterreise!

Das Gut Ulrichshusen ist ein wunderschönes Gelände und liegt nur 3 km vom Schloss entfernt, wo wir seit nunmehr 11 Jahren unsere Wochen mit „Tango trifft Qigong“ erleben dürfen. Der Traum, dass es dort eine Sauna gibt und wir so auch eine Winterreise anbieten können, erfüllt sich nun endlich - auf dem **Gut Ulrichshusen!**

Im Kranichsaal dürfen wir tanzen, im originellen Fohlenstall Qigong üben, dazwischen die Sauna genießen, spazieren gehen, lesen, quatschen, vielleicht stricken oder Karten spielen oder Kraniche falten? Einfach mal alleine Tango üben oder eine Einzelstunde buchen? Der Saal steht uns den ganzen Tag zur Verfügung. Mal schauen was uns einfällt - wir freuen uns jedenfalls auf eine Zeit in winterlicher Natur, mal in Ruhe, mal in Geselligkeit.

Auf dem Gut gibt es gemütliche Zimmer in der Wassermühle oder im Gutshaus, aber auch Ferienwohnungen. Die Sauna ist im Zimmerpreis enthalten, ebenso das Frühstück. Am Abend bekommen wir ein schönes Buffet, eine kleine Mittags- und Kuchen- bzw. Kaffeeverversorgung gibt es auch.

Vom Anfänger bis zum Fortgeschrittenen - sei es im Tango, sei es im Qigong - ist uns jeder herzlich willkommen!

Die genaue Kurseinteilung wird erst vor Ort vorgenommen.



Sauna



Restaurant & Kranichsaal



Fohlenstall



NEU!!! Tango trifft Qigong 2022 - im Gut Ulrichshusen... mit Sauna & Gemütlichkeit

Kosten und Leistungen:

Paket 1

Reise mit 8 h Tangokurs, 5x Abendessen, 5x Tanzabend 475 Euro

Paket 2

Reise mit 5x Abendessen, 5x Tanzabend 345 Euro

Der Qigongkurs (8h) kostet 100 Euro. Er kann optional dazu gebucht werden und wird vor Ort bezahlt.

Die Kosten für diesen Kurs sind bei vielen Krankenkassen erstattungsfähig, eine Bescheinigung bekommt Ihr vor Ort.

Alle Anreise- und Übernachtungskosten sind NICHT im Preis enthalten.

Übernachtung:

Die Buchung der Zimmer (mit Frühstück) erfolgt direkt über das Schloss Ulrichshusen:
039953/7900 oder info@ulrichshusen.de

Die Zimmer im Gut sind bis **zum 3. Januar 2022** für uns reserviert! Deshalb freuen wir uns, wenn Ihr Euch rechtzeitig um die Übernachtung kümmert!

Bitte teilt mir mit, wenn Ihr ein Zimmer gebucht habt, damit ich den Überblick behalten kann.

Nähere Informationen und einen Eindruck vom Schloss & Gut Ulrichshusen und den Zimmern findet Ihr auf der Webseite: www.ulrichshusen.de

Wer günstigere Übernachtungen in der Umgebung sucht, der kann sich gerne nach Ferienwohnungen umschauchen.

Anreise:

Es empfiehlt sich, mit dem Auto anzureisen...

Man kann aber auch bis Waren mit dem Zug fahren und dann weiter mit dem Taxi oder mit dem mitgebrachten Fahrrad. Es ist sehr schön für die Zeit in Ulrichshusen ein Fahrrad dabei zu haben, man kann sich aber auch eines leihen.

Tangoreise / Anmeldung und Information:

Gerrit Swaantje Schüler
Am Sande 52, 21335 Lüneburg
Mobil 0173/6122515
post@in-tango-veritas.de

im tango vita

NEU!!! Tango trifft Qigong 2022 - im Gut Ulrichshusen... mit Sauna & Gemütlichkeit



Gutshaus 1 & 2



Fohlenstall

Warum trifft Tango eigentlich Qigong?

Das langsame und ruhige chinesische Qigong stärkt die Lebenskraft, die Gesundheit und den Geist. Es wird zwar gerne (wenn das Wetter es erlaubt) im Freien praktiziert, aber im Februar werden wir natürlich drinnen üben!

Das gibt uns die Gelegenheit auch Ruhe-Übungen im Liegen oder Selbstmassage-Übungen im Sitzen hinzuzunehmen.

Qigong kann leicht in den Alltag integriert werden und ist, wie der Tango, von jedem erlernbar. Durch die Betonung eines guten Gleichgewichts, der Körpermitte und einer entspannten und durchlässigen Körperhaltung, können wir für den Tango aus diesen Übungen einen grossen Nutzen ziehen.

Eine wichtige Rolle spielt im Qigong, wie im Tanz, das Wechselspiel, das gegenseitige Sich-Ergänzen der beiden polaren Kräfte Yin und Yang. Also - Spannung und Entspannung, Innen und Außen, Sammeln und Verteilen, Ruhe und Bewegung.

Qigong ist ein Dialog, ein Tanz mit sich selbst, geleitet von der eigenen inneren Melodie.

Tango ist ein Austausch mit dem Partner, zwischen Mann und Frau.

Die Erdung und Zentriertheit, die Aufrichtung und die Durchlässigkeit, die Weichheit und die Ruhe, die wir im Qigong üben, können unseren Tango sehr bereichern. Im Übrigen führen sie zu mehr Wohlbefinden und Vitalität und das ist ja schon an sich etwas sehr Schönes!

Das Nei Yang Gong, welches wir in Ulrichshusen üben, ist eine sehr weiche, wunderbar bewegte und fast tänzerisch anmutende Form des Qigong.