

Qigong und Frauengesundheit

mit Dr. med. Ingrid Reuther

19.-21. Juni 2026

Bad Neuenahr-Ahrweiler



In diesem Workshop mit praktischen Übungen und theoretischen Erklärungen spielen die physiologischen Besonderheiten der Frau, so wie die Traditionelle Chinesische Medizin sie sieht, eine wichtige Rolle. Die verschiedenen Lebensphasen der Frau werden thematisiert (z.B. fruchtbare Jahre mit Menstruation und bei Kinderwunsch, Schwangerschaft und Geburt, Wechseljahre und Älterwerden) sowie die möglicherweise damit einhergehenden Störungen und der Beitrag den Qigongübungen hier leisten können. Unabhängig von der Lebensphase werden die Themen Brustgesundheit und Beckenboden in diesem Kurs eine Rolle spielen. Mit ihrem Rhythmus und gleichmäßigen Fluss sind Qigong-Übungen dazu geeignet, Schönheit, kraftvolle Weichheit und dynamische Harmonie ins Leben einer Frau zu bringen. Die traditionsreichen Übungen können Antworten auf die gesundheitlichen Fragen der Frau von heute geben.

Die Übungen, die in diesem Kurs vermittelt werden, entstammen dem Lehrsystem Nei Yang Gong (Das Innen nährendes Qigong). Speziell für Frauen und deren Besonderheiten wurde innerhalb dieses Systems eine eigene Übungsabfolge und eine geschmeidige Übungsqualität entwickelt.

Dr. med. Ingrid Reuther ist niedergelassene Ärztin mit eigener TCM-Praxis in Bad Neuenahr.

Kursort: Aula des Marienhaus Klinikums in Bad Neuenahr, Dahlienweg 1-3

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

Kursgebühren: 180,- €

Weitere Informationen zum Kurs und Anmeldung:

Ingrid Reuther, ingridreuther@aol.com 02641-913 663 oder 0160-4447852