

WOCHENKURSE

QI GONG

Kurs 1:

Die 5 Atemmethoden zur Entspannung Atemerfahrungen

*Ausgewählte Übungen in Bewegung und Ruhe
zur Entspannung und Gesundheitsprävention*

Kurs-ID: 20190114-1075143

donnerstags

18.00 – 19.30 Uhr
(10 x) 200,- €

August: 29.;

September: 05.;12.;19.;26.;

Oktober: 10.;

November: 07.;14.;28.;

Dezember: 05..

Kurs 2:

Ausgewählte Übungen in Bewegung zur Gesundheitsprävention

Kurs-ID: 20190122-1077828

montags

18.00 – 19.30 Uhr
(10 x) 200,- €

September: 02. 09.;16.;23.;30.

Oktober: 07.;

November: 04.;11.;25.;

Dezember: 02..

Workshops

Workshop

DAS BILD ALS SPRACHE DER SEELE

Der Workshop vermittelt einen Umgang mit dem Bild
im Traum und in der Atemerfahrung.
Theorie und Selbsterfahrung

Freitag, den 30. August von 16.30 – 19.30 Uhr

Samstag, den 31. August von 10.00 – 14.00 Uhr

Honorar: bei mind. 4 TN 140,- €

Workshop

Atemerfahrungen

TCM basierte Atem – und Körperarbeit in tiefenpsychologischer Orientierung

Den Körper spüren

Die Seele erreichen

Den Dialog mit dem Atem finden

JAHRESGRUPPE 2019 / 2020

Körper – und Atemorientierte Selbsterfahrung

Übungsweisen in Bewegung und Ruhe

Übungsweisen in Partnerarbeit /

Atembehandlungsarbeit

Anmeldung auch 2019 noch möglich

Terminplanung 2020 folgt

Sommerworkshop

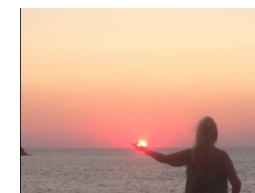
LESBOS

2020

DIE WEISHEIT DES LEIBES

*Den Dialog mit der eigenen
Wesensnatur finden*

Atem – und Körperzentrierte Erfahrungen



Täglich 4 Stunden Unterricht in Bewegung und Ruhe.
Urlaub, kleine Wanderungen, Ausflüge, Schwimmen in der
Ägäis, Baden in heißen heilenden Quellen

Lesbos ruht in der blauen Ägäis.

*Im Juni wird die Insel noch blühen, gelb vom Ginster
und rot vom Klatschmohn. Die Kraft und Schönheit der
Natur wird uns nähren und stärken. In der Atem – und
Leibarbeit wollen wir unser tiefes inneres Wissen
erspüren. Im ganzheitlichen Erleben werden Körper
und Seele gekräftigt.*