



**PRAXIS FÜR GESUNDHEIT UND BEWUSSTHEIT**  
 Bewegen Begegnen Berühren Begleiten

**QI GONG | TAI CHI CHUAN | COACHING, PSYCHOTHERAPIE | SHIATSU**

**Kurse - Seminare - Einzelsitzungen**

	<b>Fortlaufende Gruppen</b>	<b>Zeiten</b>	Monatsbeitrag <b>50 Euro</b> Probestunde nur <b>10 Euro</b>
<b>Tai Chi Chuan (Taijiquan)</b>	Yang-Stil: 1. u. 2. Kreis (für Fortgeschrittene)	<b>Di 18:00 - 19:30 Uhr</b>	
<b>Knochenmark QiGong</b>	In Vorbereitung	<b>Di 19:45 – 21:15 Uhr</b>	
<b>Atmung und Qi Gong</b>	Yi Jin Jing und Nei Yang Gong	<b>Do 10:00 - 11:30 Uhr</b>	
<b>Atmung und Qi Gong</b>	Yi Jin Jing und Nei Yang Gong	<b>Do 18:00 - 19:30 Uhr</b>	
<b>Übungssamstage</b>	Wieder im Frühjahr / Sommer 2024	<b>Sa 10.00 – 15.30 Uhr</b>	
	<b>Seminare und Einzelunterricht:</b>		
<b>Tai Chi Chuan Prinzipien und Push Hands</b>	Prinzipien und Partnerübungen	Wochenendseminare	
<b>Stilles Qi Gong</b>	Sie erlernen klassische Entspannungsmethoden und Meditationen aus dem Stillen Qi Gong	Wochenendseminare	
<b>Medizinisch-therapeutisches Qi Gong</b>	Auf Ihre persönlichen gesundheitlichen Wünsche abgestimmt	im Einzelunterricht	60 Minuten: <b>60 Euro</b>
	<b>Shiatsu, Craniosacrale Körperarbeit</b>		60 Minuten: <b>70 Euro</b> 80 Minuten: <b>80 Euro</b>
	<b>Coaching, Psychotherapie</b>		50 Minuten: <b>60 Euro</b>

**7.10.2023**