



Qi Gong
OBERKASSEL

Qi Gong Taiji Quan Kung Fu

Qi Gong

Der Alltag verlangt hohe Belastbarkeit, Souveränität und Flexibilität. Der Mensch erwartet von sich Entschlusskraft, Disziplin und Erfolg.

Das kostet Kraft.

Das verbraucht Energien und Energiereserven.

Qi Gong kehrt diesen Prozess um.

Langsamkeit als Energiequelle. Entschleunigen um zu beschleunigen. Zufriedenheit als Erfolgsfaktor.

Qi Gong mobilisiert und stabilisiert die eigenen Energien nachhaltig.

Taiji Quan

Langsamkeit, runde Bewegungen und tiefer Atem für Körperbewußtsein. Lockerheit und Koordination für Stressabbau und Wohlbefinden.

Kung Fu "Vo-Dao-Viet-Nam"-Stil

Stärkung und Fitness durch Technik und Körperbewußtsein. Disziplinierung der Energien.

Ein Gelehrter ohne Kampfübung ist schwach

Ein Kämpfer ohne Lehre ist gewalttätig

Ein Mensch soll Gelehrter und

zugleich fähiger Kämpfer sein.

Hoang Tri Dzung

健康 長壽
幸福 和諧

Termine

Individualisierung braucht Freiräume.

Jeder Mensch ist einmalig, hat seinen Rhythmus und wünscht sich flexible Übungszeiten. Qi Gong Oberkassel bietet sehr unterschiedliche Seminar-Formen für individuelle Ansprüche und ermöglicht über Einsteiger-/Schnupper-Wochenenden einen ersten Eindruck.

Der Einzelunterricht

Intensiver Unterricht, der auf den einzelnen Teilnehmer zugeschnitten wird. (Auch in Abstimmung mit einem chinesischen Arzt möglich)

Termin nach Absprache

Die Wochenkurse für Gruppen

Jede Woche findet an einem festen Tag der Unterricht statt. Die Teilnehmerzahl liegt bei den Wochenkurse bei 7 bis 12 Personen.

Die Firmenkurse

Den stetig steigenden Belastung im Arbeitsleben mit neuer Kraft und Energie entgegen und die Regenerationsphase deutlich verkürzen.

Arbeitgeber engagieren sich für die Gesundheit ihrer Mitarbeiter. Preise und Termine nach Absprache.

Das Intensiv-Seminar

An zwei Tagen wird über ein bestimmtes Übungsportfolio ein Einblick in Qi Gong ermöglicht. Außerdem werden die Zusammenhänge mit der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) erklärt.



Weitere Informationen unter:
www.qigong-oberkassel.de
www.medicalqigong-germany.de



Qi Gong
OBERKASSEL

Corinna Flaig Qi Gong Lehrerin

Telefon:

+49 (0)162-3089609

Email:

info@qigong-oberkassel.de

Post:

Postfach 11 08 21, 40508 Düsseldorf

Internet:

www.qigong-oberkassel.de

www.medicalqigong-germany.de