

# Taiji-Verein Löhne

Verein zur Förderung der chinesischen Bewegungskünste  
Königstr.96 32584 Löhne  
Tel.: 05731 / 3609



## Einladung zur Fortbildung 2012 1.Hj. *Qigong intensiv*

am Samstag, den 10.03.

### Erlernen der Qigong Form „Taiji-Qigong“ Teil 2

Lehrgangsleitung : Rudolf Schmittmann

**Ort:** 32584 Löhne, Königstr.96 Gruppenraum des Taiji Vereins Löhne

**Zeit:** Samstag 10.03. 2012 10:00-13:00 und 14:00-15:00 Uhr,

**Kosten:** 30,-€ (20,-€ für Mitglieder) einschließlich Getränke und Mittagessen, Medien. Erstattung durch die Krankenkasse bei Teilnahme an 2 Tagen möglich.

Die leicht zu erlernende Übungsfolge der Taiji-Qigong Harmonie Teil 2 ermöglicht auch Anfängern einen guten Einstieg in das Qigong (Arbeit mit der Energie Qi). Sie wurde in den siebziger Jahren von Meister Lin Hau Sheng aus traditionellen Qigong und Taiji-Übungen zusammengestellt und ist weit verbreitet. Die Abfolge der Bewegungen erfasst den ganzen Körper und öffnet so die Energiebahnen (Meridiane). Durch die bildhafte Benennung der einzelnen Bewegungen, z.B. "Der Fischer wirft sein Netz aus ", wird die Vorstellungskraft zur Führung des Qi eingesetzt. Die Übungen können auch einzeln praktiziert werden und ermöglichen unter Berücksichtigung medizinischer Gesichtspunkte eine Selbstbehandlung leichter Gesundheitsstörungen.

---

Hiermit melde ich mich zum Schnupperkurs des **Taiji-Vereins- Löhne** in Zusammenarbeit mit der **VHS** verbindlich an.

### *Qigong intensiv*

#### Erlernen der Qigong Form „Taiji-Qigong“, Lockerungsübungen, Meridianklopfmassage

Der Kurs findet vom Samstag 10.03.2012 von 10:00 bis 15:00 Uhr im Gruppenraum des Taiji -Vereins Löhne 32584 Löhne, Königstr.96 statt

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Tel.: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_ PLZ, Wohnort: \_\_\_\_\_

Email: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_