

# qigong kursleiter\*in

INTENSIVAUSBILDUNG

Taiji & Qigong  
Akademie



KENNENLERNWOCHELENDE: 09. – 11. OKTOBER 2022  
[www.tqg.at](http://www.tqg.at)

# qigong verstehen und anwenden

*Möchtest Du dich intensiv und systematisch mit Qigong beschäftigen? Dein Wissen vertiefen und erweitern? Neue Erfahrungen machen?*

Unsere Intensivausbildung vermittelt Dir die theoretischen und praktischen Grundlagen des Qigong.

Vom ersten Kennenlernen der ausgewählten Übungsreihen bis zur vertieften Ausführung wirst Du von erfahrenen Lehrenden bestens begleitet.

Du machst dabei wertvolle Erfahrungen, die Dir helfen für das eigene Wohlbefinden gut zu sorgen. Und du schaffst eine gute Basis für den Fall, dass Du selbst dieses Wissen weitergeben willst. Diese Ausbildung ist berufsbegleitend.

- + *Aktive Gesundheitsvorsorge und Selbstfürsorge*
- + *Verbesserung der Selbstwahrnehmung und des Körpergefühls*
- + *Entspannte und natürliche Körperhaltung, Bewegung und Atmung*
- + *Schulung von Körper und Geist*

Du lernst die Grundlagen des Qigong in Theorie und Praxis und ausgewählte Übungsreihen wie Ba Duan Jin, Basisübungen, Qigong des weißen Kranichs, Spiral-Qigong, Qigong-Gehen.

Detaillierte Informationen findest Du auf unserer Website.

[www.tqg.at](http://www.tqg.at)

Ausbildungsteam: Armin Fischwenger, Roswitha Flucher, Romana Maichin-Puck, Frank Ranz