

Qi Gong „18 Bewegungen“

Verbindung zu Muskeln • Organe • Meridiane • Faszien

Qi Gong „18 Bewegungen“ wurde von Lin Housheng als Selbstheilungssystem für den ganzen Körper im Jahr 1979 entwickelt.

Das Qi Gong System „18 Bewegungen“ in Verbindung zu Muskeln, Organen und Meridianen vermittelt eine lebendige ganzheitliche Anatomie und eine gezielte Qi Gong-Bewegungslehre zur Unterstützung und Stärkung der Gesundheit, sowie der Beweglichkeit.

Die „18 Bewegungen“ werden zu den Grundmuskeln, Organen und Meridianen zugeordnet und optimal ausgerichtet, gestärkt, balanciert, um die Gesamtmuskulatur, die Körperhaltung und die Energie des Körpers aufeinander abzustimmen. Somit entsteht eine gezielte aktive Anwendung von Qi Gong bei Verspannungen, Muskelschmerzen, muskuläre Unausgewogenheiten, Muskelschwächen, Energieblockaden und psychischer Erschöpfung.

Inhalte:

- Qi Gong „18 Bewegungen“ und ihre Verbindung zu Organen, Muskeln, Meridianen.
- Qi Gong „18 Bewegungen“ zur gezielten Stärkung der Grundmuskeln.
- Qi Gong „18 Bewegungen“ Bewegungs- und Haltungskorrekturen in Bezug zu Muskeln, Sehnen, Faszien, Gelenken, Meridianen und ihre Wirkung auf die Organe.
- Mit den „18 Bewegungen“ das Muskel- und Energiegleichgewicht stärken, Verspannungen, Schmerzen im Bewegungsapparat und Bewegungseinschränkungen lösen.
- Ankersätze/Affirmationen in Verbindung mit den „18 Bewegungen“ zum Ausgleichen von psychischer Erschöpfung, schwacher Konstitution und Stress.

Termin: Samstag / Sonntag, 18. – 19. Mai 2019

Zeit: 09.30 – 17.00 Uhr

Kosten: 190,00 € (inkl. Script)

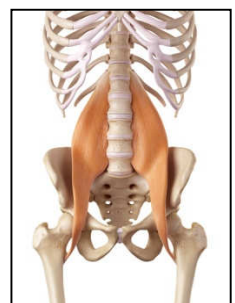
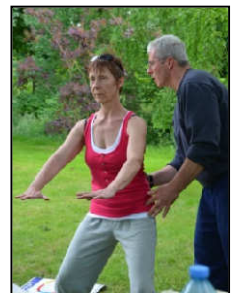
Sonstiges: Bequeme Kleidung, Decke, Iso- oder Yogamatte mitbringen

Ort: Haus der Gesundheit • Weinstraße 2 • 76889 Pleisweiler-Oberhofen

Leitung: Harald Hasenöhl



- Qi Gong Therapeut und Tai Ji Lehrer.
- Seit 29 Jahren Studien, Weiterbildungen, Ausbildungen, in Qi Gong, Tai Ji, TuiNa-Akupressur Massage, Meditation in China, Deutschland und Österreich bei Prof. Qingbo Sui, Du Hong Lena, Xuer MaiJin, He Lin, Yu Chang Fu.
- Humanistischer Kinesiologe und Instructor für Touch for Health (IKC).
- Instructor für Energetische Anatomie.



Anmeldung & Information:

Gesundheitspfad

Harald Hasenöhl • Bergbornstraße 42 • 76833 Frankweiler

Tel.: 06345-9596855

www.gesundheitspfad.de

info@gesundheitspfad.de