



# Herz Qi Gong • Heilkräuter • Klang in Klaffer am Hochficht (Oberösterreich) 24. – 31. August 2019

In dieser Woche verbinden wir die weichen, sanft-fließenden Bewegungen des Herz Qi Gong von Prof. Zhang Guan De mit der vielfältigen Kraft und den Botschaften der Heilkräuter von Pater Johannes Pausch und von Dr. Ursula Stumpf, sowie den Schwingungen von Klangschalen und Gong im Raum und in der wohlthuenden Natur.

Jeden Morgen stimmen wir uns auf eine Pflanze und ihre Botschaften ein. Sie begleiten uns durch das Herz Qi Gong, durch Bewegungs- und Visualisierungsübungen und durch die Klangmeditationen, um in Achtsamkeit in die innere Ruhe zu kommen, die eigene Kraft zu spüren, Körper, Geist und Seele zu verbinden und dadurch die Lebensenergie zu stärken.

## Inhalte:

- Herz Qi Gong „Acht sanft-fließende Übungen“.
- Wildkräuter und ihre Botschaften.
- Kräuterwanderung und Kräuterjause auf der Kräuteralm.
- Wohltuende Schwingungen der Klangschalen.
- Klangmeditationen, Visualisierungs- und Bewegungsübungen.
- Thymusdrüse „Die Lebensenergie stärken“.
- Stille Übungen, um zur Ruhe zu kommen.

Der Hochficht, eingebettet in die zauberhafte Hügellandschaft des Böhmerwaldes bietet durch seine Naturbelassenheit die Möglichkeit Erholung und Ruhe zu finden, in die Natur einzutauchen, sowie Kraft und Energie zu tanken. Das Seminarhaus in Klaffer verfügt über freundliche, großzügige Zimmer mit Dusche und Toilette. Für die Kurse stehen uns zwei wunderschöne, helle Seminarräume und ein Garten mit Wiese zur Verfügung.

**Termin:** Samstag, 24. August ab 16.00 Uhr – Samstag, 31. August 2019

**Gebühr:** Kurs: 380,00 €

**Unterkunft (EZ/DZ/FW) & Vollverpflegung: 428,00 €**

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

**Ort:** Seminarhaus Böhmerwald pur2 • Freundorf 9 • 4163 Klaffer am Hochficht (Österreich)

**Leitung:** Harald Hasenöhrl

- Qi Gong Therapeut und Tai Ji Lehrer.
- Touch for Helath Instructor
- Energetische Anatomie Instructor
- Begleitender Kinesiologe

**Christine Lutz**

- Klangtherapeutin
- Begleitende Kinesiologin
- Bewegungs- und Entspannungscoach
- Reset Instructor



**Anmeldung & Information:**

**Gesundheitspfad**

Harald Hasenöhrl • Bergbornstraße 42 • 76833 Frankweiler • Deutschland

Tel.: 0049-6345-9596855

[www.gesundheitspfad.de](http://www.gesundheitspfad.de)

[info@gesundheitspfad.de](mailto:info@gesundheitspfad.de)