



Guolin Qi Gong - Basis 1

Medizinisches Qi Gong "Lebenspflege & Chronische Krankheiten"

Guo Lin Qi Gong ist eine *medizinische* Qi Gong Form. Es handelt sich um ein sehr vielseitiges und ganzheitliches System und ist sowohl für gesunde als auch für kranke Menschen geeignet. Der Begriff „Guo Lin Qi Gong“ weist auf den Namen der Begründerin dieser Qi Gong Form hin, Frau Guo Lin.

In der westlichen Welt ist Guo Lin Qi Gong überwiegend durch die sogenannte „Xi-Xi-Hu-Atmung“ (Windatmung) und vor allem durch den Einsatz bei Krebserkrankungen bekannt.

Guo Lin Qi Gong wird auch eingesetzt bei Immun- und Abwehrschwäche, chronische Erkrankungen, Rheuma, Herzerkrankungen, Stress, psychische Erschöpfung, Burn Out.

Im Guo Lin Qi Gong spielen vor allem die verschiedenen Handhaltungen, die abgestimmte Atemtechnik und das Gehen eine bedeutende Rolle. Je nach Handhaltung kann die Wirkung ableitend, regulierend oder aufbauend sein. Die Atmung erfolgt, je nach Übungsform und Situation, mit Windatmung, Qi Atmung oder mit normaler Atmung. Durch die Kombination der Übungsformen, mit den verschiedenen Handhaltungen und der Atmung kann für unterschiedliche Erkrankungen ein spezielles Übungsprogramm zusammengestellt werden.

Inhalte:

- Guo Lin Qi Gong: Wirkungsweise, Einsatzmöglichkeiten, 5 Methoden des Guo Lin Qi Gong.
- Guo Lin Qi Gong spezifische Vorübungen & Massage der 12 Hauptmeridiane-Energieausgleich.
- Atemtechniken und Atemübungen.
- Die Windatmung "Verstärkte Sauerstoffaufnahme" & Grundschrte im Guolin Qi Gong.



Termin-1: Samstag / Sonntag, 09. – 10. Juli 2022

oder

Termin-2: Samstag / Sonntag, 16. – 17. Juli 2022

Zeit: 09.30 – 17.00 Uhr

Kosten: 210,00 € ► Teilnehmer, die einzelne Seminare buchen!

Kosten: 180,00 € ► Teilnehmer, der Qi Gong & Energetik Ausbildung!

Ort: Termin: 09. – 10. Juli 2022: Haus des Gastes • Rötzweg 7 • 76887 Bad Bergzabern

Ort: Termin: 16. – 17. Juli 2022: Haus der Gesundheit • Weinstraße 2 • 76889 Pleisweiler

Leitung: Uwe Hielscher - Guolin Qi Gong Lehrer nach Frau Dr. Wang Li



- Ausbildung zum Guo Lin Qi Gong Lehrer bei Frau Wang Li – Guo Lin Qi Gong & TCM Akademie in Mechernich und regelmäßige Weiterbildungen im Guo Lin Qi Gong bei Frau Wang Li.
- Als ausgebildeter Guo Lin Qi Gong Lehrer bin ich zertifiziert und offiziell als Lehrkraft eingetragen in der Guo Lin Qi Gong & TCM Akademie sowie in der "Europäische Guo Lin Qigong Gesellschaft - Guo Lin Qigong Association Europe e.V."

Anmeldung & Information: [Gesundheitspfad](#)

Harald Hasenöhrli • Hauptstraße 6 • 76835 Burrweiler

Tel.: 06345-9596855

www.gesundheitspfad.de

info@gesundheitspfad.de