

INFORMATION • ANMELDUNG

Gesundheitspfad

Harald Hasenöhl
Hauptstraße 6
76835 Burrweiler

Telefon: 06345-9596855

info@gesundheitspfad.de

www.gesundheitspfad.de



KURSORTE

• Zentrum in balance: Qi Gong Kurse:

Weinstraße 19 • 76835 Hainfeld

• Zentrum in balance: Tai Chi Abendkurse:

Weinstraße 19 • 76835 Hainfeld

• Festhalle Burrweiler: Tai Chi Morgenkurs:

Raiffeisenstraße 9 • 76835 Burrweiler

• Haus der achtsamen Gesundheit:

Qi Gong Seminare und Ausbildungen

Weinstraße 2 • 76889 Pleisweiler

KURSLEITUNG

Harald Hasenöhl

- Körpertherapeut
- Qi Gong Therapeut (TCM)
- Tai Chi Lehrer (TCB)
- Humanistischer Kinesiologe (DGAK)
- Touch for Health Instructor (IKC)
- Energetische Anatomie Instructor • Pfad • Innere Führung bei Grethe Fremming



MONATS - ENERGIEN

Online – Abendtermine!

Damit wir die Monats-Energien optimal für unsere körperliche, emotionale, mental-geistige und seelische Gesundheit nutzen können, unterstützen uns im aktuellen Monat geführte Meditationen, Achtsamkeitsübungen, heilende Bewegungs- und Atemübungen, Klang, Farben, Steine, Düfte und Heilpflanzen, die der Monatsqualität entsprechen und welche im Alltag wunderbar eingesetzt und umgesetzt werden können.

Tag: Dienstag
Termine: 27.09. / 08.11. / 06.12.2022
Zeit: 19.00 – 20.30 Uhr
Gebühr-Einzeln: 20,00 € - 1 Termin
Leitung: Harald Hasenöhl
Info: Der Link wird zugesendet!

ENERGETISCHE ANATOMIE

Online – Abendtermine!

Der Kurs „Energetische Anatomie & Innere Führung“ beinhaltet Themen und Botschaften um mehr Weisheit in unser Leben mit einzubeziehen. Meditationen und Atemübungen, Visualisierungsübungen, Affirmationen, energetische Körperbewegungen, sowie Klang und Licht, unterstützen uns, damit wir uns neu ausrichten können, Innere Führung übernehmen, um auf dem Weg des Herzens zu uns „Selbst“ zu kommen.

Tag: Donnerstag
Termine: 15.09. / 13.10. / 10.11. / 15.12.2022
Zeit: 19.00 – 20.30 Uhr
Gebühr-Einzeln: 20,00 € - 1 Termin
Leitung: Harald Hasenöhl
Info: Der Link wird zugesendet!

MEDITATION - Online Abendtermine!

„Zur Ruhe kommen und Kraft tanken“

Meditation „Stress abbauen und Kraft tanken“

Tag: Dienstag
Termine: 15.11. / 20.12..2022
Zeit: 19.00 – 20.00 Uhr
Kursgebühr: 12,50 € - je Termin
Leitung: Harald Hasenöhl
Info: Der Link wird zugesendet!

QI GONG - SEMINARE

Info unter: www.gesundheitspfad.de

Medizinisches Qi Gong „6 Heilende Laute“

Termin: 12. – 13.11.2022
oder
Termin: 19. – 20.11.2022
Zeit: 09.30 - 17.00 Uhr
Gebühr-Gesamt: 210,00 €
Ort: Weinstraße 2 - 76889 Pleisweiler
Leitung: Harald Hasenöhl

ZEIT FÜR SICH - SEMINAR 2022

Info unter: www.gesundheitspfad.de

Kloster St. Fidelis im Schwarzwald

„Entschleunigen und zur Ruhe kommen“

Termin: 25. – 27.11.2022
Gebühr: 200,00 € Kurs // 115,00 € UK & VP
Leitung: Harald Hasenöhl & Christine Lutz

GESUNDHEITSKURSE

Präsenz & Online

Gesundheit stärken

Energie tanken

Zur Ruhe kommen

mit

Qi Gong • Tai Chi

Entspannung

Meditation

September - Dezember

2022

Gesundheitspfad

Harald Hasenöhl

Telefon: 06345-9596855

www.gesundheitspfad.de



DIE GESUNDHEIT STÄRKEN
Morgen- und Abend Kurse • Seminare

Die Kurse bieten für alle Menschen, unabhängig von Alter und Konstitution, die Möglichkeit, die Gesundheit, die Resilienz, die Beweglichkeit und das Wohlbefinden entscheidend zu verbessern. Die Wirksamkeit der Übungen zur Stärkung der physischen und psychischen Gesundheit ist wissenschaftlich und medizinisch belegt. Das wunderbare daran ist, dass die Übungen für uns im Alltag einfach umsetzbar sind.

Die Kurse vermitteln einen Reichtum an Schätzen, die sofort im Alltag umgesetzt werden können, z.B. Atemübungen und Akupressurpunkte um Stress zu lösen und das Immun- und Abwehrsystem zu stärken.

Sanfte, fließende Bewegungen, wie z.B. „Ein Adler der seine Flügel ausbreitet“, wie „Der sanfte Wind der den Baum bewegt“ und wie „Wellen die an den Strand rollen“, stärken unsere Gesundheit, lassen uns Energie tanken und bewirken in uns ein Gefühl von Leichtigkeit, innerer Balance, geerdet sein und Wohlbefinden. Sie lindern Fibromyalgie und Arthritisschmerzen, sind eine wirksame Sturzprophylaxe, verbessern das Gleichgewicht u.a. bei Morbus Parkinson, fördern das Fingerspitzengefühl und den Tastsinn.

Wunderschöne kleine Entspannungsübungen mit wohl-tuenden Affirmationen klären und beruhigen unsere Gedanken, lassen den Atem ruhiger und entspannter ein- und ausströmen und führen uns in die Ruhe.

Diese kleinen sehr wirkungsvolle Schätze werden für Sie zu einer wertvollen täglichen Begleitung, so-fort umsetzbar und wirkungsvoll für den Ausgleich und für die Stabilisierung ihrer Körperenergien.

QI GONG - Kurse in Hainfeld
im Zentrum in Balance - Weinstraße 19

Qi Gong nach den Jahreszeiten - Herbst
„Die Immun- und Abwehrkräfte stärken“
Morgen- und Abendkurs

Kurs: Mittwoch, 21.09. – 14.12.2022
Morgenkurs-Zeit: 08.30 – 09.45 Uhr
Abendkurs-Zeit: 19.45 – 21.00 Uhr
Kursgebühr: 130,00 € - 9 Termine
Einzeltermine: 15,00 € - je Termin!
Leitung: Harald Hasenöhrl

QI GONG - ONLINE KURSE
Von zuhause aus aktiv dabei sein!

Qi Gong nach den Jahreszeiten - Herbst
„Die Immun- und Abwehrkräfte stärken“
Morgen- und Abendkurs

Kurs: Mittwoch, 21.09. – 14.12.2022
Morgenkurs-Zeit: 08.30 – 09.45 Uhr
Abendkurs-Zeit: 19.45 – 21.00 Uhr
Kursgebühr: 130,00 € - 9 Termine
Einzeltermine: 15,00 € - je Termin!
Leitung: Harald Hasenöhrl
Info: ► Der Link wird zugesendet!

TAI CHI - Abendkurse in Hainfeld
im Zentrum in balance - Weinstraße 19

Tai Chi „5 Bewegungen für die Gesundheit“
„Die Gesundheit und die Beweglichkeit stärken“
„Zur Ruhe kommen und Energie tanken“

Kurs: Mittwoch, 21.09. – 14.12.2022
Abendkurs-Zeit: 18.30 – 19.30 Uhr
Kursgebühr: 110,00 € - 9 Termine
Einzeltermine: 15,00 € - je Termin!
Leitung: Harald Hasenöhrl

Hua Yue Tai Chi (Liu He Ba Fa)

„Inneres Tai Chi vom Tao-Berg Huashan“
„Sanfte Bewegungen • Atem strömt • Meditation“

Kurs: Donnerstag, 22.09. – 22.12.2022
Morgenkurs-Zeit: 18.45 – 20.00 Uhr
Kursgebühr: 115,00 € - 8 Termine
Einzeltermine: 15,00 € - je Termin!
Leitung: Harald Hasenöhrl



TAI CHI - Morgenkurs in Burrweiler
in der Festhalle - Raiffeisenstraße 9

Tai Chi „24 Bewegungen des Tao“
„Gesundheit und Wohlbefinden stärken“

Kurs: Mittwoch, 21.09. – 14.12.2022
Morgenkurs-Zeit: 10.00 – 11.15 Uhr
Kursgebühr: 140,00 € - 10 Termine
Einzeltermine: 15,00 € - je Termin!
Leitung: Harald Hasenöhrl

Xing Yi Quan - Abendkurs in Landau
In der Turnhalle - Montessorischule

Xing Yi Quan
„Selbstbehauptung und Selbstverteidigung“

Kurs: Freitag, 16.09. – 16.12.2022
Abendkurs-Zeit: 17.45 – 19.00 Uhr
Kursgebühr: 135,00 € - 10 Termine
Einzeltermine: 15,00 € - je Termin!
Leitung: Harald Hasenöhrl & Marco Schloß