



Guolin Qi Gong mit Handstab

~ Medizinisches Qi Gong ~

“zur Lebenspflege und bei chronischen 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. 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, chronischen Erkrankungen, Rheuma, Herzerkrankungen, Burn Out und anderen Erschöpfungssyndromen, usw.

In diesem Seminar lernen wir die Handstab Übungen, die sowohl zur Lebenspflege aber auch zur Stärkung von Körper, Geist und Seele geeignet sind. Diese Übungen können bei chronischen Krankheiten eingesetzt werden und zur Nachsorge nach schweren Erkrankungen. Dabei sollen Yin und Yang harmonisiert, Körper und Geist entspannen und zur Ruhe kommen, Stagnationen von Qi und Blut gelöst werden. Eine recht einfach zu lernende „Sitzende Übung“ kann bei starker körperlicher Schwäche ein Schritt in Richtung Kräftigung sein, für alte und schwache Menschen oder nach überstandener schwerer Krankheit.

- ▶ Handstäbe werden für das Seminar zur Verfügung gestellt!
- ▶ Uwe bringt auch neue Handstäbe mit, die man kaufen kann.

Inhalte:

- Übungen zum Aufwärmen und die 3 Guo Lin Qi Gong Vorübungen.
- „Handstabübung“ - Aufbauende Form - mit großem Schluss (Shou Gong).
- „Das langsamste Gehen“ – mit großem Schluss (Shou Gong) / integrieren der Vorstellungskraft.
- „Sitzende Übung“
- Theorie / Die 3 Stufen im Guo Lin Qi Gong / medizinisch-therapeutisches Qi Gong in der Praxis.

Termin: Samstag / Sonntag, 14. – 15. September 2024

Zeit: 09.30 – 17.00 Uhr

Kosten: 210,00 €

Ort: Festhalle Burrweiler • Raiffeisenstraße 9 • 76835 Burrweiler

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



- Ausbildung zum Guo Lin Qi Gong Lehrer bei Frau Wang Li in der Guo Lin Qi Gong & TCM Akademie in Mechernich.
- Regelmäßige Weiterbildungen im Guo Lin Qi Gong bei Frau Wang Li in der Guo Lin Qi Gong & TCM Akademie in Mechernich.
- Als ausgebildeter Guo Lin Qi Gong Lehrer zertifiziert und offiziell als Lehrkraft eingetragen in der Guo Lin Qi Gong & TCM Akademie.
- Vorsitzender der Guo Lin Qi Gong Association Europe e.V..



Anmeldung & Information: [Gesundheitspfad](https://www.gesundheitspfad.de)
Harald Hasenöhl • Hauptstraße 6 • 76835 Burrweiler

Tel.: 06345-9596855

www.gesundheitspfad.de

info@gesundheitspfad.de