

Präsenz & Online - Workshop

Qi Gong - Die heilenden Laute für die Milz

“Die Milzenergie stärken, stabilisieren, ausgleichen”

Der Workshop in „Präsenz & Online“ beinhaltet die heilenden Laute zur Stärkung, zur Stabilisierung und zum Ausgleichen der Milz-Kraft und der Milz-Energie nach der Sicht der 5 Elemente Lehre.

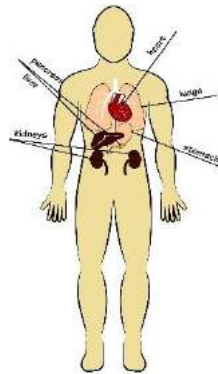
Wir werden den heilenden Laut für die Milz machen, um die Milz und den Magen auszugleichen, den heilenden Laut für das Herz zur Stärkung des Milz-Qi's und den heilenden Laut für die Leber zur Stabilisierung des Milz-Qi's und der Milz-Kraft. Die heilenden Laute beinhalten Körperbewegung, Atemfluss, und deren Visualisierungen, die im Stehen, Sitzen, Liegen ausgeführt werden können.

Die „Heilenden Laute“ fördern und stärken die körperliche, emotionale und mentale Gesundheit der Milz sowie des Magens und gleichen Über- & Unterenergien aus, damit die Lebens- und Vitalenergie in den Meridianen sowie im Körper wieder freier zirkulieren kann.

Die „Heilenden Laute“ werden von der Chinesischen Medizin eingesetzt bei Milzprobleme u.a. Schulter-Nacken-Beschwerden, Allergien, allgemeine Vergesslichkeit, unruhige Beine, Blutungsneigung, seelische Unruhe, Bauchspeicheldrüsenentzündung, Unterleibserkrankungen, kein Vertrauen in die Zukunft, Nervenzusammenbruch, allgemeine Krebsgefährdung.

Workshop-Inhalte:

- Vorübungen für die Milz-Kraft und die Milz-Energie in der Jahreszeit Spätsommer.
- Qi Gong „Heilenden Laute“ Bewegungen und Laute für Milz, Herz, Leber nach den 5 Elementen.
- Sanfte und ausgleichende Entspannungsübung für die Milzenergie.



Termin: Sonntag, 08. September 2024 - PRÄSENZ & ONLINE - WORKSHOP

Zeit: 10.00 – 12.30 Uhr

Kosten: 50,00 €

Ort: Haus der achtsamen Gesundheit • Weinstraße 2 • 76889 Pleisweiler ODER

Ort: Von zuhause • LIVE-WEBINAR • Online • über PC - Tablet

Sonstiges: Nach der Anmeldung bekommst Du einen Link zugemailt.

Leitung: Harald Hasenöhl
• Qi Gong & Körper Therapeut • Kinesiologe • Tai Chi Lehrer



Anmeldung & Information: [Gesundheitspfad](https://www.gesundheitspfad.de)

Harald Hasenöhl • Hauptstraße 6 • 76835 Burrweiler

Tel.: 06345-9596855

www.gesundheitspfad.de

info@gesundheitspfad.de