



Herz Qi Gong - Präsenz & Online

“Die Herz Qi Gong Bewegungen in Bezug auf die TCM”

“Das Öffnen der Akupunktur-Punkte & der Meridiane”

Ein gesundes Herz ist die Basis für ein langes Leben u. die Grundlage für das körperliche, geistige und seelische Gleichgewicht. Die 8 Übungen des Herz Qi Gong beinhalten sanfte, fließende Bewegungen, stille Übungen, die das Herz optimal stärken, u. den Kreislauf regulieren.

In der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) gibt es fünf Behandlungskonzepte, um u.a. Erkrankungen, Symptome, Disharmonien, Blockaden auszugleichen: Qi Gong • Akupressur • Akupunktur • Kräuter & Ernährung • Moxibustion.

In diesem Seminar bewegen wir uns durch die 8 Herz Qi Gong Übungen aus der Sicht der TCM, lernen dabei die direkte Zuordnung des Herz Qi Gong im System der TCM kennen, um die Wirkungen der Bewegungen auf die Gesundheit besser zu verstehen und erfahren zu können. Dabei werden wir die wichtigsten Akupunktur-Punkte kennenlernen, die wir gezielt in den Herz Qi Gong Übungen betonen und hervorheben werden. Dadurch verfeinern wir die Bewegungen, öffnen die Akupunktur-Punkte und machen die Meridiane durchlässig für das “Qi”, die Energie. **Das Ziel vom fünften Seminar ist, dass Entwickeln eines tieferen Verständnisses, welche Bewegung wie wirkt innerhalb der TCM.**

Seminar-Inhalte:

- Grundlagen der TCM, Zuordnung der Organe zu Meridiane, Wirkung der Akupunktur-Punkte.
- Wahrnehmungsübungen rund um das Thema Akupunktur-Punkte, Meridiane und “Qi”.
- Die acht Herz Qi Gong Übungen aus der Sicht der TCM üben.
- Bewegung und Akupunktur-Punkte aufeinander abstimmen, um die Gesundheit zu stärken.
- Entspannungsübungen, um zur Ruhe zu kommen, u.a. Fang Song Gong.

Termin: Samstag / Sonntag, 30. – 31. August 2025

Zeit: 09.30 – 17.00 Uhr

Kosten: 220,00 € ► Seminar inkl. Verpflegung!

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

Ort: Von zuhause • LIVE-WEBINAR • Online

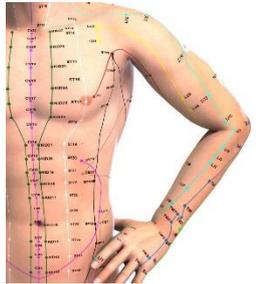
Sonstiges: Nach der Anmeldung wird der Link zugemailt.

Leitung: Harald Hasenöhrli

• Qi Gong Therapeut, Tai Chi Lehrer, TFH-Instructor, EA-Instructor.

Leitung: Georg Zimmermann

• Qi Gong Lehrer, Qi Gong Coach (TCM), Tai Chi Chuan Lehrer.



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

Harald Hasenöhrli • Hauptstraße 6 • 76835 Burrweiler

Tel.: 06345-9596855

www.gesundheitspfad.de

info@gesundheitspfad.de