

QIGONG FÜR MILZ & MAGEN

1 Seminartag in Breitenfurt – Mitten im Grünen!

Diese beiden Funktionskreise dienen der Nahrungsaufnahme, der Verwertung und Umwandlung in Nährstoffe für unseren Körper, der Qi Erzeugung und der Ausscheidung und sind daher unentbehrlich für unser Überleben. Daher spielt neben QIGONG die richtige ERNÄHRUNG hier eine zentrale Rolle, da sie je nachdem unsere geistigen und körperlichen Funktionen positiv unterstützt oder schwächt.

Seminarinhalt

- ausgesuchte Qigong Übungen, die die Verdauungskraft und unser Qi stärken (bewegtes und stilles Qigong)
- Hintergrundwissen auf Grundlage der Traditionell Chinesischen Medizin
- Ein Übungsskript
- ein gemeinsames Mittagessen, ein „Menü für die Mitte“, das von mir nach den 5 Elementen gekocht und mitgebracht wird
- Meditationen mit Klangschalen

Ort: Bildungswerkstatt Breitenfurt Haus Königsbühel, Römerweg 13, 2384 Breitenfurt

Wegbeschreibung unter www.bildungswerkstatt-breitenfurt.at

Gerne organisiere ich eine Mitfahrgelegenheit!

Zeit: 9.30 – 17.00

Freitag, 16. März 2012

Gesamtkosten: € 78,00

Seminarleitung, Anmeldung und Info bei Eva Amon-Knöfler

Tel: 0699/10276044 E-Mail: eva.knoefler@chello.at

Anmeldung gültig mit einer Anzahlung von € 40 auf mein Konto bei der Bank Austria
BLZ 12000, Konto Nr.: 50455403300

Bei Stornierung bis 14 Tage vor Kursbeginn werden 10 Euro Stornogebühr berechnet! Bis 2 Tage vor Kursbeginn 20 €, danach verfällt die Anzahlung