

Termine

2020

- 28./29. März Grundlagen 1 - Heike
16./17. Mai Grundlagen 2 - Heike
11./12. Juli Grundlagen 3 - Heike
22./23. Aug. Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) 1 - Heike
26./27. Sept. 18 Übungen des Taiji Qigong 1 - Heike
31.Okt./1. Nov. 18 Übungen 2 - Heike
12./13. Dez. TCM 2 - Heike

2021

- 16./17. Jan. Stille Übungen - Cordula
27./28. Febr. Pädagogik/Didaktik 1 - Cordula
10./11. April Wu Qin Xi (5 Tiere)1 - Georg
15./16. Mai Wu Qin Xi 2 - Georg
3./4. Juli TCM 3 - Heike
28./29. Aug. Grundlagen 4 - Heike
2./3. Okt. Chanmi-Basis - Cordula
20./21. Nov. 18 Übungen 3 - Heike

2022

- 8./9. Jan. Pädagogik/Didaktik 2 - Cordula
26./27. Febr. Wu Qin Xi 3 - Georg
9./10. April Grundlagen 5 - Heike
21./22. Mai Prüfung - Cordula, Heike, Georg

(Änderungen vorbehalten)

Kurszeiten: Samstag: 10.00 - 18.00 Uhr
Sonntag: 9.00 - 16.30 Uhr

Kursort: PANAKEIA Praxis für Integrale Heilung
im Lazarettgarten
Lazarettstr. 1 - 76829 Landau

Die Ausbilderinnen



Heike Seeberger

Heilpraktikerin, Qigong-Lehrerin und Ausbilderin der DQGG, Shiatsu-Therapeutin, Sotai, Traditionelle Chinesische Medizin, Ohrakupunktur

Qigong-Formen u.a.: Fliegender Kranich, Fanhuan-gong, 18 Übungen des Taiji Qigong, 8 Brokate, Qigong-Gehen, Meridian-Qigong, Stilles Qigong



Cordula Goulet

Pädagogin, Qigong-Lehrerin und Ausbilderin der DQGG, Associate Instructor des Tao Yoga, Trainerin für Entspannung durch Achtsamkeit

Qigong-Formen u.a.: 18 Übungen des Taiji Qigong, 8 Brokate, Übungen vom Berg Wudang, Hui Chun Gong, Duft-Qigong, Chan Mi Gong, Stilles Qigong



Georg Seeberger

Heilpraktiker, Qigong-Lehrer und Ausbilder der DQGG, Shiatsu, Sanjo, Sotai, Klopfakupressur

Qigong-Formen u.a.: Kranich-Qigong, Spiel der 5 Tiere, 18 Übungen des Taiji Qigong, Hui Chun Gong, Duft-Qigong, Sheng Zhen Healing, Zhineng Qigong

Weitere Information und Anmeldung bei

Cordula Goulet, Puccinistr. 12, 66119 Saarbrücken
Tel. 0681 - 79 04 62

info@qigong-ausbildung-landau.de

www.qigong-ausbildung-landau.de

Qigong-Ausbildung

ab März 2020

in Landau in der Pfalz



Qigong

... verstehen

... vertiefen

... vermitteln



Qigong-Ausbildung

Für Menschen, die gern Qigong-Kurse in Volkshochschulen, Sportvereinen o.ä. leiten oder einfach tiefer in die Wirkung des Qigong eindringen möchten, bieten wir in Landau eine Qigong-Ausbildung an, die sich nach den Qualitätskriterien der Deutschen Qigong Gesellschaft e.V. richtet.

Es werden vertiefte Grundlagen des Qigong erarbeitet, inklusive der Einbettung in chinesische Philosophie und Medizin und der Anwendung im Alltag. Gelehrt und geübt werden verschiedene kürzere und zwei längere bewegte Übungsformen, Qigong-Gehen und Stilles Qigong. Die Ausbildung schließt mit der Prüfung zum/zur **"Qigong-Kursleiter/in der Deutschen Qigong Gesellschaft e.V."** ab, die berechtigt, Qigong bei Volkshochschulen, Sportvereinen u.ä. zu unterrichten.



Teilnahmevoraussetzungen

An der Qigong-Kursleiterausbildung kann teilnehmen, wer

- eine mindestens zweijährige Übungserfahrung mit Qigong oder Qigong-verwandten Methoden (z.B. Taijiquan, Meditation, Yoga etc.) nachweisen kann. Ein Vorgespräch ist sinnvoll, um die Voraussetzungen abzuklären.

Dauer und Kosten:

Die Ausbildung umfasst 18 Wochenenden mit je 12,5 Zeitstunden Unterricht (insgesamt 300 Unterrichtseinheiten) und ein Prüfungswochenende und erstreckt sich über einen Zeitraum von gut 2 Jahren.

Die Ausbildungskosten betragen für Mitglieder der Deutschen Qigong Gesellschaft e.V. (derzeitiger Mitgliedsbeitrag 55 €) 2880 €, bzw. 3.240,- € für Nichtmitglieder. Hinzu kommen noch die Kosten für das Prüfungswochenende mit 180 €.

Inhalte der Ausbildung

5 Wochenenden Qigong-Grundlagen

- Grundbegriffe des Qigong
- äußere / innere Haltung
- Grundprinzipien des Qigong, 3 Grundregulationen
- geschichtlich/philosophische Hintergründe und Richtungen/Methoden des Qigong
- Qigong-relevante anatomische und physiologische Grundlagen und Gesundheitsstörungen
- kleine in sich geschlossene Übungen und Übungsfolgen, u. a.: Ursprung des Lichts, 3-fache Gestalt, Schwimmender Drache, Verbindung zu Himmel und Erde, Dantian-Übungen, Qigong-Massagen, vorbereitende Übungen, Einführung in das Qigong-Gehen
- Wiederholung, Vertiefung auch der Themen anderer Seminare
- Üben der Übungsvermittlung
- Möglichkeiten und Grenzen des Qigong

3 WE Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) und Qigong

Auch bei den TCM-Seminaren wird der theoretische Inhalt eingebettet in Qigong-Übungen.

- Grundbegriffe und Prinzipien der TCM: Verständnis von Gesundheit und Krankheit, Methodenüberblick, Yin/Yang, Vitalsubstanzen
- Meridian-Lehre
- Wandlungsphasen-Lehre, Zangfu, TCM-Diagnostik (Einführung)

Zu diesen Themen werden jeweils passende Übungen vermittelt (z.B. Meridian-Übungen, Wandlungsphasen-Qigong).

info@qigong-ausbildung-landau.de

www.qigong-ausbildung-landau.de

3 WE 18 Übungen des Taiji Qigong

Die Übungsfolge der 18 Übungen des Taiji Qigong ist sehr populär und für den Anfänger-Unterricht gut geeignet. Sie wird am ersten WE komplett erlernt und am 2. korrigiert, vertieft und bezüglich ihrer Wirkungen betrachtet (auch Varianten). Am 3. WE wird nochmals korrigiert, vertieft und dabei das Unterrichten der Form geübt.

3 WE Wu Qin Xi (Spiel der 5 Tiere)

Das Spiel der 5 Tiere (Tiger, Hirsch, Bär, Affe, Vogel/Kranich) ist eines der ältesten Übungssysteme, über das es Aufzeichnungen gibt.

Die Form der Chinese Health Qigong Association schulen Körper und Geist, Beweglichkeit, Gleichgewicht und Konzentration. An den ersten beiden Wochenenden werden die Formen erlernt und vertieft, am 3. WE wird nochmals korrigiert, vertieft und dabei das Unterrichten der Form geübt.

1 Wochenende Chan Mi Gong

Einführung in die Methode und Basisübungen

1 Wochenende Stille Übungen

2 Wochenenden Pädagogik/Didaktik

1 Prüfungswochenende

Allgemeine Infos zu Qigong,
Ausbildungsrichtlinien bei



Guttenbrunnweg 9, 89165 Dietenheim
Telefon (07347) 3439
info@qigong-gesellschaft.de
www.qigong-gesellschaft.de