

Die Acht Brokate des QiGong Yangsheng

6 Abende à 1,5 Stunden



Die „Acht Brokate“ werden im QiGong auch „die Brokatenen Übungen“ genannt, einfach weil sie so wertvoll wie Brokat sind. Sie kennen sowohl beruhigende als auch aktivierende Übungen, die besonders belebend und energiesteigernd wirken. Die Brokate-Übungen eignen sich gut im Frühjahr, wenn wir wieder Kraft und Energie tanken wollen!

Wir praktizieren die **Acht Brokate des QiGong Yangsheng** nach Prof. Jiao Guorui, in unterschiedlichen Kombinationen und Ausführungen. Der Fokus liegt dabei nie auf Leistung oder Perfektion sondern immer auf persönlichen Möglichkeiten und Gesundheitsförderung. Wir üben im Sitzen und Stehen, mit Pausen.

Durchführung

Der Kurs finden in kleinen Gruppen (max. 6 TN) in den Räumen unserer Praxis statt (Adelheidstr. 38, München) und werden von Christa Beyrer (Dipl.-Psych., HP Psych.) durchgeführt. Ausstattung (Matten, Kissen, Decken, Stühle) ist vorhanden. Zur Erfrischung gibt es Wasser und/ oder Tee. Bitte bequeme Kleidung und rutschfeste Socken tragen (Umziehen vor Ort ist möglich, bitte Zeit einplanen).

Hinweise

Der Kurs wird nicht von der Krankenkasse gefördert, die Kosten sind jedoch steuerlich als Weiterbildungskosten absetzbar. Werden Termine versäumt, kann max. 1 Termin in einem anderen Kurs kostenlos nachgeholt werden (soweit Restplätze frei sind). Darüber hinaus ist leider keine Entschädigung möglich. Sollte ein Termin aus unvorhersehbaren Gründen ausfallen, wird ein Ersatztermin angeboten.

Termine

1. DO, 06.06.24
2. DO, 13.06.24
3. DO, 20.06.24
4. DO, 27.06.24
5. DO, 04.07.24
6. DO, 11.07.24

Kurszeiten sind jeweils 18.30 - 20.00 Uhr.

Anmeldung

per Mail: info@equalance.de

Kosten

6 Abende à 1,5 Stunden (= 9 Stunden):
127 EUR. Der Kursplatz ist mit der
Bezahlung fest reserviert.

Frühbucher Preis: 117 EUR
(Zahlungseingang 4 Wochen vor Beginn).

Restplätze (falls vorhanden): 22 EUR pro
Termin (bitte in bar mitbringen)

Bezahlung

per Banküberweisung an
IBAN: DE97 7506 9171 0000 2027 97
BIC: GENODEF1SWD (CB Coaching GbR)
Betreff: 8 Brokate Kurs

Nach Zahlungseingang wird per E-Mail
eine Anmeldebestätigung und eine
Rechnung geschickt.

equalance Naturheilpraxis

Adelheidstr. 38, 80796 München

info@equalance.de

T +49.178.811 66 88 (Christa)