

laut und LEISE – Mit Qigong die eigene Stimme entdecken

Techniken der TCM zur psycho-physischen Selbstregulation

Dozentinnen: Anke Riedel, Dipl.-Soz.Arb., und Susanne Sander, Dipl.-Biol.

Qigong-Lehrerinnen, Qigong-Ausbildungen u.a.im PTCH Projekt Traditionelle Chinesische Heilmethoden und Heilkonzepte der Carl von Ossietzky Universität Oldenburg,
<https://qigong-ankeriedel.de/> , <https://rosenhaus-oldenburg.de/>

Unsere Stimme ist ein entscheidender Ausdruck unseres Seins, einmalig und unverwechselbar. Auf das Unmittelbare verknüpft mit dem Atem ist sie - genau wie dieser - eine Verbindung zwischen uns und der Welt, die uns Austausch ermöglicht. Störungen, Begrenzungen und Einschränkungen der Stimme erleben wir daher besonders einengend.

Wir wollen uns mit Qigong und verschiedenen Stimm-, Atem- und Bewegungsübungen auf spielende Entdeckungsreise zu unserer eigenen Stimme begeben und sie hörbar werden lassen. So wie sich durch unsere stimmlichen Äußerungen (z.B. Sprechen, Tönen, Singen, Brummen) Qigong-Bewegungen ausformen können, so werden wir diese Klänge wieder in innerer Achtsamkeit hören und sich weiter gestalten lassen. Auf diesem Weg begegnen wir auch unseren Blockaden und Bruchstellen, mit deren verborgenen Potentialen wir arbeiten werden.

Es sind keinerlei musikalische oder stimmliche Fähigkeiten erforderlich. Die Bereitschaft zum Experimentieren wird vorausgesetzt.

Derzeit loten wir Möglichkeiten aus, die Veranstaltung bei der Psychotherapeutenkammer Nordrhein-Westfalen anerkennen zu lassen. Den aktuellen Stand können Sie in der Geschäftsstelle erfragen.

Termin: 07.-10. April 2022

Seminarzeiten:

Do: 16-18 und 19.30-21.00 Uhr, Fr + Sa: 7.30-8.15, 9:45-12.00, 15.15-18.00 und 19.30-21.00 Uhr und So: 7.30-8.15, 9:45-12.00 Uhr einschließlich Pausen.
26 Unterrichtsstunden

Seminarort:

Seminarhaus Leuther Mühle
Hinsbecker Str. 34, 41334 Nettetal
Tel.: 02157/1277170
<http://www.leuther-muehle.de>
Mail: info@leuther-muehle.com

Zur Anmeldung:

Seminargebühr: 398 € / für Mitglieder der QFG 358 €

Anmeldeschluss ist der 10. Januar 2022

Anmeldungen nehmen wir unter kontakt@qigong-fachgesellschaft.de entgegen.

Bezüglich der Unterkunft bitten wir Sie, über einen Buchungslink, welchen wir Ihnen nach der Anmeldung zusenden bei der Leuther Mühle ein Zimmer Ihrer Wahl zu buchen und möglicherweise weitere Details mit dem Hause abzusprechen. Die Preise für Übernachtung inklusive köstlicher vegetarischer Vollpension **pro Person und Tag** betragen 73,00 Euro (Vierbettzimmer), 78,00 Euro (Dreibettzimmer), 93,00 Euro (Zweibettzimmer) bzw. 132,00 Euro im Einzelzimmer. Auf Anfrage ist auch eine Übernachtung im Seminarraum, Schlafsaal oder auch außer Haus möglich. Die Teilnahme an der Verpflegung ist obligatorisch, die Kosten betragen 34,00 Euro pro Tag und Person. Für Sonderkost können zusätzliche Kosten entstehen.