

Supervision 49er Leitbahnen Bewegung Qigong (Hybrid-Seminar)

Techniken der TCM, um die Abwehrkraft zu stärken und das Immunsystem zu stabilisieren.

- Vorerfahrung erwünscht -

Diese Veranstaltung wird als Hybrid Seminar durchgeführt

Geleitet wird das Seminar von Dirk Ortlinghaus (Tai Chi und Qigong Lehrer).

Zum Inhalt

Die zu erlernende Qigong-Methode entstammt dem Methoden-Zyklus von Prof. Zhang Guangde von der Sportuniversität in Peking mit dem Namen Daoyin Yangsheng Gong. Dies heißt ins Deutsche übertragen, die Fähigkeit erüben mit dehnenden und wringenden Bewegungen das Leben zu pflegen. Auf der Basis der Konzepte der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) werden die für einen Organfunktionskreis relevanten Leitbahnen bewegt, um sie durchlässig zu machen bzw. zu halten. Das 49er Leitbahnen Bewegung Qigong ist eine aus 49 Übungen bestehende Methode, welche Übungen in Bewegung mit Übungen in Ruhe verbindet. Durch intensive Lenkung der Vorstellungskraft an Leitbahnen entlang bzw. zu spezifischen Akupunkturpunkten hin, verbunden mit Imaginationen, wird die körpereigene Abwehrkraft gestärkt und die Funktionsfähigkeit des Immunsystems verbessert.

An diesem Termin wird die gesamte Methode wiederholt. Damit kann die Form wiederaufgefrischt und vertieft werden. Auf spezielle Fragen zur Ausführung der Übungen wird eingegangen.

Termin: 06.07.2024 in Frankfurt am Main **und Online Unterricht mittels ZOOM**

Seminarzeiten: Sa 14:00-18:15 Uhr

5 Unterrichtsstunden zu 45 Minuten ohne Pausen.

Dozent Dirk Ortlinghaus

Zertifizierter Qigong Lehrer und Taiji Ausbilder. Erfahrung im Online Live Unterricht. Die Tai Chi und Qigong Schule ist seit März 2020 Online. Zertifizierter Trainer für Stressmanagement, Gesundheitstrainer und Gesundheitscoach. Praxis von Taiji seit den 90er Jahren sowie Erfahrung in weiteren Kampfkünsten. Ausbildung im Taiji bei Daniel Grolle und Ausbildungslehrer in der Entdeckerphase. Praxis des Qigong seit 2009, 2015 Abschluss des Kontaktstudiums an der Universität Oldenburg bei Johann Böltz. Seit 2016 eigene Taiji und Qigong Schule unter dem Namen „Tai Chi bewegt“ in Frankfurt am Main. Zurzeit in der Ausbildung bei Prof. HU Xiaofei, Emeritierter Professor an der Sportuniversität Peking, direkter Schüler von Prof. Zhang Guangde und Mitglied im Komitee für das Daoyin Yangsheng Gong Duan-System und Teilnahme am „Ausbilder Qualifikationsprogramm (AQP)“ der Qigong Fachgesellschaft e.V..

Anmeldung

Seminargebühr 83 Euro / e 73 Euro (für Mitglieder der QFG)

Wir bitten um eine kurze schriftliche Anmeldung. Sie erhalten dann eine Anmeldebestätigung und ca. vier Wochen vor Seminarbeginn eine Einladung mit Hinweisen zum Seminarverlauf sowie eine Rechnung über die Seminargebühr.

Für weitere Informationen steht Ihnen Herr Ortlinghaus unter Tel. 069-58609798 gerne zur Verfügung.

Wir bitten um eine schriftliche Anmeldung bei der

Qigong Fachgesellschaft e.V.

Geschäftsstelle: Goethestraße 38, 26123 Oldenburg

Email: kontakt@gong-fachgesellschaft.de

Vorstand:
Margit Gätjens / Dr. Christian
Hellmann
Burghart Büssing// Martin Amendt
Guido Pering / Gudrun Schley

Vereinsregister-Nr:
VR 201571
Amtsgericht Oldenburg
Sitz: Oldenburg

Landessparkasse zu Oldenburg
IBAN: DE48280501000091022921
SWIFT-BIC: SLZODE22

Telefon: 0152 - 27036246
www.qigong-fachgesellschaft.de
kontakt@qigong-fachgesellschaft.de