

# Das Muskel- und Knochen- Qigong aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)

**Dozent:** Ertugrul Samiloglu,  
Arzt und Arzt für Traditionelle Chinesische Medizin, Privat-Praxis, Mannheim.

Die Wirkweisen der einzelnen Übungen dieser Qigong-Methode werden auf organphysiologische und psychodynamische Aspekte und Besonderheiten erarbeitet.

Dabei werden Yin-Yang-Zusammenhänge, die Fünf-Wandlungsphasen-Aspekte, die Funktion der Leitbahnen und der Energiefluss der einzelnen Übungen untersucht und die Wirkungsprinzipien der Übungen sichtbar gemacht. Unter diesen Aspekten werden die Übungen kombiniert mit der Atmung und der Vorstellungskraft intensiv trainiert.

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 werden die für einen Organfunktionskreis relevanten Leitbahnen bewegt, um sie durchlässig zu machen bzw. zu halten. So sollen die inneren Organe in ihrer Funktionsfähigkeit unterstützt und verbessert werden. Die Strategie dieses „Organe-Trainings“ berücksichtigt die zyklische Vernetzung, so dass die Beziehung des Organfunktionskreises als Gestaltungselement der Übungen erkennbar ist. Das Muskel- und Knochen-Qigong ist eine Methode zur Förderung der Elastizität, Flexibilität und der Beweglichkeit insgesamt. Neben diesem „Körpertraining“ werden insbesondere die Organfunktionskreise Niere und Milz angesprochen, da beide für die Funktionsfähigkeit des Haltungs- und Bewegungssystems wichtig sind.

**Termin:** 17.-19. Oktober 2025 in Mannheim

**Seminarzeiten:** Fr: 16-18.15 Uhr, Sa: 9-12.15 und 15-18.15 Uhr und So: 9-12.15 Uhr einschließlich Pausen. 15 Unterrichtsstunden zu 45 Minuten

**Seminarort:** In den Räumen der Arzt-Praxis in Mannheim

**Bitte mitbringen:**  
Für Bewegung geeignete Kleidung und flache Schuhe.

**Anmeldung:**  
Gebühr 258 / e 228 Euro (für Mitglieder der QFG)

Die Teilnahme ist auch ohne Vorkenntnisse möglich. Wir bitten um eine kurze schriftliche Anmeldung unter [kontakt@qigong-fachgesellschaft.de](mailto:kontakt@qigong-fachgesellschaft.de). Sie erhalten dann eine Anmeldebestätigung und ca. sechs Wochen vor Seminarbeginn eine Einladung mit Hinweisen zum Seminarverlauf sowie eine Rechnung über die Seminargebühr.

Für weitere Informationen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Qigong Fachgesellschaft e.V.  
Geschäftsstelle: Goethestraße 38, 26123 Oldenburg  
Email: [kontakt@qigong-fachgesellschaft.de](mailto:kontakt@qigong-fachgesellschaft.de)  
[www.qigong-fachgesellschaft.de](http://www.qigong-fachgesellschaft.de)

