

Wirbelsäulen-Qigong nach Prof. Tu Renshun (Seminarreihe)

Medizinisches Qigong zur Harmonisierung und Kräftigung der Wirbelsäule

Geleitet wird das Seminar von Andrea Fischer, Physiotherapeutin, Qigong und Yogalehrerin

Seminarinhalt

Das Wirbelsäulen-Qigong ist eine Methode aus dem medizinischen Qigong und wurde von Professor Tu Renshun von der Xi Yuan Klinik in Peking entwickelt. Es gehört zu den medizinischen Qigong-Methoden und besteht aus zwei vorbereitenden Übungen, 26 gezielten Wirbelübungen sowie einer abschließenden harmonisierenden Übung. Jede Übung spricht gezielt einen einzelnen Wirbel an. Durch das systematische Training werden Beweglichkeit, Durchblutung und energetische Versorgung der Wirbelsegmente verbessert.

Regelmäßig ausgeführt, können sich durch das Wirbelsäulen-Qigong die Beweglichkeit dysfunktionaler (blockierter) Wirbel und die Versorgung der Wirbelsegmente deutlich verbessern. Dauerhafte Fehlstellungen oder Fehlbelastungen von Wirbeln können Ursache für körperliche und seelische Ungleichgewichte sein. Das Wirbelsäulen-Qigong kann hier sehr zielgerichtet und auch therapeutisch wirksam eingesetzt werden.

Die Übungen werden in dem Seminar in ihren theoretischen und übe-praktischen Besonderheiten und Anforderungen vermittelt. Darüber hinaus ergänzen Grundlagen der Anatomie der Wirbelsäule und Wirbelkörper die Inhalte des Seminars. Des weiteren werden im Morgentraining Übungen mit dem Schwerpunkt „Mobilisation der Wirbelsäule“ vermittelt.

Seminarstruktur und Termine

Die Seminarreihe gliedert sich in drei aufeinander aufbauende Module:

Modul 1: 14.-16.08.2026 Vorübungen und Halswirbelsäule

Modul 2: 05.-07.02.2027 Brustwirbelsäule – mit Wiederholung und Vertiefung

Modul 3: 20.-22.08.2027 Lendenwirbelsäule und Sakralbereich – Abschluss und Integration

Die Teilnahme ist sowohl für Einsteiger geeignet als auch zur Vertiefung oder Auffrischung (Refresher) für bereits erfahrene Übende.

Dozentin Andrea Fischer

Staatlich geprüfte Physiotherapeutin seit 25 Jahren. Eigene Praxis mit Schwerpunkt Shiatsu, TCM, Qigong, Yin Yoga und Yogatherapie. 2011 Abschluss des Kontaktstudium an der Carl von Ossietzky Universität in Oldenburg bei Johann Böltz.

Seminarort: Evangelisches Bildungszentrum Bad Bederkesa, Alter Postweg 2 · 27624 Geestland (OT Bad Bederkesa)

Vorstand:

Margit Gätjens / Gudrun Schley
Burghart Büssing / Martin Amendt
Gabriele Wetter

Vereinsregister-Nr:
VR 201571
Amtsgericht Oldenburg
Sitz: Oldenburg

Landessparkasse zu Oldenburg
IBAN: DE48280501000091022921
SWIFT-BIC: SLZODE22

Geschäftsstelle Qigong Fachgesellschaft e.V.

Bleicherweg 33, 25361 Krempe
Telefon: 0152 - 27036246
www.qigong-fachgesellschaft.de
kontakt@qigong-fachgesellschaft.de

Seminarzeiten: Fr: 16-17.45 und 19.30-20.45 Uhr, Sa: 7.30-8.15, 9:45-11.45, 15.15-17.45 und 19.30-20.45 Uhr und So: 7.30-8.15, 9:45-11.45 Uhr einschließlich Pausen. 15 Unterrichtsstunden zu 45 Minuten.

Bitte mitbringen:

Für Bewegung geeignete und auch für das Training draußen angemessene Kleidung, und flache Schuhe.

Seminargebühr

278 € zzgl. Unterkunft & Verpflegung

248 € zzgl. Unterkunft & Verpflegung für Mitglieder der Qigong Fachgesellschaft

Kontakt Seminarleitung

Andrea Fischer – PhysioQigong

✉ physioqigong@web.de

☎ 0177 – 8598226

Nach einer formlosen schriftlichen Anmeldung unter kontakt@qigong-fachgesellschaft.de erhalten Sie zuerst eine Anmeldebestätigung von uns und vier Wochen vor Seminarbeginn ein Einladungsschreiben mit näheren Informationen zum Ablauf.

Seminarhaus Kloster Neuenwalde

Das Evangelische Bildungszentrum Bad Bederkesa liegt inmitten weiter Landschaft, bietet eine ruhige und inspirierende Umgebung sowie eine hochwertige Verpflegung und Einzelzimmerbelegung –

ideale Bedingungen für Achtsamkeit, Regeneration und vertieftes Üben.

Für Unterkunft und Verpflegung (2 Übernachtungen im EZ inkl. Vollverpflegung) sind im Einzelzimmer **ca. 120 €** pro Person und Nacht zu entrichten (**ca. 240 €** von Fr-So) (**Änderungen** behält sich das Kloster vor!). Essenswünsche (z. B. vegetarisch / vegan / Unverträglichkeiten) bitte rechtzeitig vor Anreise direkt mit der Rezeption abstimmen. Bezahlung für Unterkunft und Verpflegung erfolgt direkt beim Bildungszentrum am Abreisetag. Für dieses Seminar sind Einzelzimmer für die Teilnehmenden reserviert. Bitte keine eigene Zimmeranfrage beim Bildungszentrum stellen.

Bei Rücktritt nach erfolgter Reservierung fallen **Stornogebühren** an:

- Bei Rücktritt von einer verbindlichen Buchung weniger als zehn Wochen vorher werden 50 % des Tagessatzes als Ausfallgebühr berechnet,
- Bei Rücktritt von einer verbindlichen Buchung weniger als vier Wochen vorher werden 80 % des Tagessatzes als Ausfallgebühr berechnet,
- Bei Rücktritt von einer verbindlichen Buchung weniger als eine Woche vorher werden 100 % des Tagessatzes als Ausfallgebühr berechnet.

Vorstand:

Margit Gätjens / Gudrun Schley
Burghart Büssing / Martin Amendt
Gabriele Wetter

Vereinsregister-Nr:
VR 201571
Amtsgericht Oldenburg
Sitz: Oldenburg

Landessparkasse zu Oldenburg
IBAN: DE48280501000091022921
SWIFT-BIC: SLZODE22

Geschäftsstelle Qigong Fachgesellschaft e.V.

Bleicherweg 33, 25361 Krempe
Telefon: 0152 - 27036246
www.qigong-fachgesellschaft.de
kontakt@qigong-fachgesellschaft.de