

Qigong – Grundkurs

PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



Termine:

Fr. 11.04.2025

15:00-20:00 Uhr

Sa. 12.04.2025

09:00-15:00 Uhr

So. 13.04.2025

09:00-13:00 Uhr

Preis:

315,- Euro *

**Paracelsus
Gesundheitsakademie**

Schweizer Str. 3 a

01069 Dresden

Tel. 0351 - 472 15 15

Seminarnummer:

SSH08080225V6

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:



Qigong ist eine der Säulen der Traditionellen chinesischen Medizin. Dabei geht es darum, das Qi, die Lebensenergie anzureichern und ungehindert fließen zu lassen. Durch regelmäßiges Üben kann eine deutlich verbesserte körperliche Gesundheit und eine größere geistige Klarheit erreicht werden.

Nach einer theoretischen Einführung werden in diesem Seminar harmonische und sanfte Übungen aus verschiedenen Folgen wie zum Beispiel "Den Acht Brokaten", dem "Spiel der fünf Tiere" und die "Übung für das lange Leben" vermittelt.

Ziel ist es, dass jede/r Teilnehmer/in die gelernten Inhalte sicher beherrscht und nachher sofort anwenden kann.

Bitte erscheinen Sie zu diesem Seminar in bequemer Kleidung und bringen Sie sich Socken oder Schuhe mit dünnen Sohlen mit. Diese Veranstaltung ist für jeden an Qi Gong interessierten Menschen geeignet.

Dozent/in Ilka Nollau: Jg. 1974. Krankenschwester (1999) mit Fachqualifikation im Bereich Geriatrie und Gerontopsychiatrie (2006), seit 1999 Begleitung von Menschen mit Demenz und deren Angehörige in ihrem Alltag, seit 2003 Tätigkeit im Beratungs- und Fortbildungsbereich, langjährige Erfahrungen in der Naturheilkunde, Qigong und Entspannungsverfahren, Ausbildung als alternativer Klangtherapeut, 2011-2017 Fachstudium in körperorientierter Psychotherapie an der Paracelsus Schule.