

QiGong der 5 Tiere

BEAUTY / WELLNESS



Termine:
Sa. 03.05.2025
10:00-19:00 Uhr

Preis:
170,- Euro *

Paracelsus
Gesundheitsakademie
Hansastraße 7-11
44137 Dortmund
Tel. 0231 - 914 31 21

Das QiGong der 5 Tiere (Tiger - Hirsch - Bär - Affe - Kranich) zählt zu den ältesten Übungsreihen des Qigong überhaupt.

Neben den generellen Prinzipien und vorteilhaften Wirkungen des QiGong (Gesundheit, Beweglichkeit, innere und äußere Ruhe und Harmonie etc.) geht es bei den 5 Tieren zusätzlich darum, an den typischen positiven Eigenschaften des jeweiligen Tieres zu partizipieren; so z. B. die ruhige und geerdete Stärke des Bären oder die Leichtigkeit und Freiheit des Kranichs.

Das Imitieren von Tieren und die Teilhabe an deren wünschenswerten Eigenschaften hat auch in anderen spirituellen Traditionen wie dem Yoga oder den chinesischen Kampfkünsten einen hohen Stellenwert.

Während dort jedoch oft eine große körperliche Fitness vorausgesetzt wird oder erreicht werden soll, können die leichten und angenehmen Übungen in diesem QiGong-Seminar ohne diese Voraussetzungen erlernt und praktiziert werden.

Dozent/in Michael Kath: Der Weg von Michael Kath (Jg. 1983) in die Energiearbeit bzw. Meditation in Bewegung begann mit Hatha-Yoga und führte über Tai Chi Chuan zum Qigong und Reiki. Das Kontrollieren und Üben mit Chi hat er weiter vertieft, mit dem Einblick in die Kampfkunst, im chinesischem Kung Fu bis zum 5. Schülergrad und in Hap-Ki-Do (koreanische Kampfkunst, übersetzt: `Der Weg, das Chi in Harmonie zu bringen`) bis zum 1. Meistergrad. Alles bisher Erlernte praktiziert er bis heute, er ist Lehrender und wird selbst weiter unterrichtet. Die Qualifikation zum medizinischen Qigong-Lehrer rundeten die verschiedenen Perspektiven im Umgang und das Aktivieren von (Lebens-)Energie ab. So konnte er die Unterschiede, aber auch die universellen Gemeinsamkeiten erfahren und gibt sie weiter.

Seminarnummer:
SSH46030525

Anmeldemöglichkeiten:

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



Dortmund

PARACELSUS
die Gesundheitsakademien