

## Anmeldung

Bitte die Anmeldung ausgefüllt und unterschrieben bis zum **29. Juni 2019** zurücksenden.

Hiermit melde ich mich verbindlich für folgenden Kurs an:

- Ferienwoche Ba Fan Huan Gong  
Qigong im Park 29.07.-02.08.19

Ich nehme mit ..... Person(en) teil.

Name \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Tel/email \_\_\_\_\_

Die Teilnahme an den Kursen erfolgt auf eigene Verantwortung. Bei einem Rücktritt wird der Seminarbetrag fällig, ausgenommen ein ErsatzteilnehmerIn wird gestellt.

- Kursgebühr 180,00 €

Die Kursgebühr bitte ich am ersten Seminartag in bar zu bezahlen

Ort/Datum \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_



### Susanne Pries

geboren 1966, Innenarchitektin und Qigong Lehrerin, Ausbilderin für Kinder und Erwachsene Qigong. Mitglied der Deutschen Qigong Gesellschaft.

Unter meiner Leitung finden regelmäßige Qigong Kurse und Wochenendseminare statt.

Schlosspark Steinhöfel



### Information und Anmeldung

Susanne Pries ♦ Goßlerstraße 23 ♦ 14195 Berlin  
Tel. 030 / 31 800 828 ♦ [www.qigong-susanne-pries.de](http://www.qigong-susanne-pries.de)  
Email [info@qigong-susanne-pries.de](mailto:info@qigong-susanne-pries.de)



## QIGONG SOMMER 2019

Seminare  
mit Susanne Pries



Lehrerin und Ausbilderin der  
Deutschen Qigong Gesellschaft

## Themen

### „Qigong“

Qigong ist eine chinesische Selbstheilungsmethode, die Gesundheit und innerliches Wachstum zum Ziel hat. Durch die Verbindung von Bewegung, Atem und Konzentration wird die eigene Lebensenergie aktiviert.

### Ba Fan Huan Gong „Goldenen Sand schöpfen“

Im Mittelpunkt dieser Woche wird das Dantien stehen. Diese besondere Quelle bekommt Aufmerksamkeit, kann sich füllen, regenerieren und Qi stärken und verfeinern.

Das „Ba Fan Huan Gong“ ist in der daoistischen Tradition des Qigong entwickelt worden. Es besteht aus acht gehaltvollen Bewegungsabläufen und stillen Übungen. „Goldenen Sand schöpfen“ ist eine Metapher aus der Überlieferung dieser Form.

(Text von Karin Hesch)

Die Kurse richtet sich an Anfänger und Fortgeschrittene.

Wir üben bei schönem Wetter im Schlosspark unter uralten Bäumen. Die Verbindung von Bewegung, Erdung und Zentrierung vertiefen das Üben und bereichern den Lernweg

## Kursdaten

### Kurstermin

Ba Fan Huan Gong täglich abends	29.07 bis 02.08.2019 17.30 - 20.00 Uhr
------------------------------------	---

### Kursgebühr

180,00 €

### Kursort

Schlosspark  
15518 Steinhöfel

Kursgebühr ohne Verpflegung.

Warme bequeme Kleidung mit leichtem Schuhwerk werden empfohlen. Die Kurse finden im Freien im Schlosspark statt.

An  
Susanne Pries  
Görlnerstraße 23  
14195 Berlin

