



# Stilles Qi-Gong®

**Qi-Gong-Institut Münster + Konstanz • nach Großmeister Zhi-Chang Li**

Jägerstr. 20 • 48153 Münster • Telefon 0251-518181 • Mobil 0171-8144213

Internet: <http://www.Qi-Gong-Institut.de> • E-Mail: [staudinger@qi-gong-institut.de](mailto:staudinger@qi-gong-institut.de)

## Einführungsseminare in Münster und Konstanz

**Inhalte:** Das O - Mi - Tuo - Fo (Die Essenz der Großen Übung des Buddha) / Die Vier Bahnen der Entspannung / Vorbereitende und Abschließende Übungen / Die Bauchatmung / Der Kleine Kreislauf / Das Yang Qi Fa / Übungsprinzipien und -regeln des Stillen Qi-Gongs

**Wirkungen der Übungen:** Effektive Krankheitsvorbeugung und Stärkung der Selbstheilungskräfte • Reduzierung von Schmerzen • Verbesserung der Schutzfunktionen • Körperliche, seelische und geistige Stabilisierung

**Seminargebühr:** 199.- Euro. Dieses Seminar kann von Ihrer Krankenkasse bezuschußt werden. **Bankverbindung:** Axel Staudinger, Deutsche Bank Münster, Kto.Nr. 111 27 62, BLZ 400 700 24

**Seminarzeiten:** Samstag 10.00 - 13.00 und 15.00 - 18.00, Sonntag 10.00 - 13.00

**Seminarleitung:** Dipl.-Psych. Axel Staudinger

### Veranstaltungsort

**in Münster:** Praxis für ganzheitliche Schmerztherapie, FranziskusCarré, Hohenzollerling 70, 48145 Münster

**in Konstanz:** Kulturzentrum Konstanz, Katzgasse 7, 78462 Konstanz, Telefon 07531-5981-0, auf der Barocketage

Bitte melden Sie sich zu diesen Seminaren per Email oder Post frühzeitig an, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.

**Qi-Gong-Institut Münster + Konstanz  
nach Großmeister Zhi-Chang Li**

Internet: [www.Qi-Gong-Institut.de](http://www.Qi-Gong-Institut.de) • E-Mail: [staudinger@qi-gong-institut.de](mailto:staudinger@qi-gong-institut.de)