



Stilles Qi-Gong®

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

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

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

Aufbauseminare zur Stärkung der eigenen Gesundheit und Fortbildung zum Qi-Gong-Lehrer(in) 2009*

* gemäß den Richtlinien der Europäisch-Chinesischen Gesellschaft für das Stille Qi-Gong EU-CHI, 81735 München, Karl-Marx-Ring 41.

Die Aufbauseminare und der Fortbildungslehrgang zum Qi-Gong-Lehrer(in) umfassen ein Einführungsseminar, 12 Fortbildungsseminare und ein Sonderseminar mit Großmeister Zhi-Chang Li. Sie nehmen zuerst am Einführungsseminar teil und entscheiden dann, ob Sie auch die aufbauenden Seminare besuchen wollen. Sie bezahlen dann immer nur jeweils ein Wochenende im voraus!

Wenn Sie nicht den Abschluss zum Qi-Gong-Lehrer(in) machen, aber Ihre Gesundheit effektiv stärken wollen, können Sie diese Seminare auch "nur" zu Ihrem eigenen Nutzen besuchen. Sie profitieren dabei vom systematischen Aufbau des Unterrichts. Erst durch dieses vertiefende Üben der Methoden, können Sie die Wirkungen der Übungen in ihrer stärksten Ausprägung erreichen.

Das Unterrichtsprogramm enthält u.a. folgende Qi-Gong Praktiken aus taoistischen, buddhistischen und tibetischen Traditionen, sowie freie Übungen (die Abfolge und die Inhalte können sich je nach Zusammensetzung der Teilnehmergruppe etwas ändern).

Einführungsseminar:

O - Mi - Tuo - Fo / Die Vier Bahnen der Entspannung, zum senken des Qi und Vorbereitung des Qi-Gong-Zustands, Hebung des Qi-Niveaus / Vorbereitende und Abschließende Übungen / Die Bauchatmung / Der Kleine Kreislauf / Yang Qi Fa / Vorstellungskraft, der sechste Sinn / Wichtige Prinzipien des Übens / Der Zustand der Stille / Das Untere Dantian

Aufbauseminar 1:

Entspannen auf Sechs Bahnen, zur Verbesserung der Durchlässigkeit für Qi-Ströme / Knie kreisen mit Tai-Chi-Schleife, zur Verbesserung der Kniegelenke und Verlangsamung der Alterungsprozesse / Die Froschatmung, zur schnellen Regeneration / Die Schüttel-Übung, zur Reinigung / Die Shanzai-Stehübungen, zur Stabilisierung

Aufbauseminar 2:

Der Mao-You-Kreislauf / Übung im Liegen (diese Übung sorgt für einen gesunden Schlaf) / Den Baum Umarmen

Aufbauseminar 3:

Lächeln / Zunge / Lippen und Zähne / 1. Vertiefter Kleiner Kreislauf / Die Schutzmantel-Übung

Aufbauseminar 4:

Die Lotosblütenatmung / Das Abschließen von Übungen, zur Speicherung der gewonnenen Energie / Das Ausloten des Unteren Dantians / Die Seidenraupen-Übung

Aufbauseminar 5:

Die Übung des Transports / Eine einfache Diagnostik mit Qi-Gong (Lunge / Herz / Nieren) / Den Geist Konzentrieren und in die Qi-Grube Eintreten / Zwei Drachen Spielen mit der Perle

Aufbauseminar 6:

Übungen zur Verbesserung der Funktion der Wirbelsäule (gegen Rückenprobleme unterschiedlicher Genese), nach Großmeister Liu Han Wen (gestorben 2004), modifiziert durch Großmeister Zhi-Chang Li

Aufbauseminar 7:

Übungen für die Wirbelsäule

Aufbauseminar 8:

Der 1. Große Kreislauf / Die Lichtdusche / Das Licht beleuchtet das Herzfeld, wie der Name schon sagt, eine der seltenen Übungen, um das Herz zu stärken

Aufbauseminar 9:

Heilbehandlungsmethoden des Qi-Gong: Die Pfeilfinger-Übung / Die Pflück-Behandlung / Die Pfeilfinger-Behandlung / Neun Abschnitte nach Art des Buddhas

Aufbauseminar 10:

Die Große Übung des Buddhas / 2. Vertiefter Kleiner Kreislauf

Aufbauseminar 11:

Wu / Hui-Gong / Die Kunst des Unterrichtens / Zwei Drachen Spielen mit der Perle (Variation)

Abschlußseminar 12:

Einführung in die Erlebniswelt Himmel-Erde-Mensch / Einen Schutzpanzer Anlegen (diese Übung besteht aus den "Drei Geheimnissen": Mudra, Mantra und Vorstellung). Sie ist sehr nützlich bei der Behandlung schwerer Krankheiten / Zertifizierung zum Qi-Gong-Lehrer

Sonderseminar mit Meister Zhi-Chang Li

Inhalte je nach Stand der Ausbildungsgruppe.

Dieses Seminar ist auch für andere Teilnehmer offen.

Termine:

F16 (Aufbauseminare), in Münster

3.-4.10.2009 **Einführungsseminar**

17.-18.10.2009 • 21.-22.11.2009 • 9.-10.1.2010 • 20.-21.2.2010 • 20.-21.3.2010 Seminar mit Großmeister Zhi-Chang Li • 17.-18.4.2010 • 29.-30.5.2010 • 3.-4.7.2010 • 28.-29.8.2010 • 2.-3.10.2010 • 6.-7.11.2010 • 11.-12.12.2010 • 29.-30.1.2011 **Abschlusssseminar**

Sie können bis zum 4. Termin (20.-21.2.2010) mit der Fortbildung beginnen. Die davor liegenden Termine sind dann trotzdem zu bezahlen und können im nachfolgenden Fortbildungsgang F17 nachgeholt werden.

Ablauf der Fortbildung zum Qi-Gong-Lehrer(in)*

1. Teilnahme am Einführungsseminar

Sie brauchen keine Vorkenntnisse, um an der Fortbildung teilnehmen zu können.

Der Fortbildungslehrgang zum Qi-Gong-Lehrer(in)* umfaßt ein Einführungsseminar, 12 Fortbildungsseminare und ein Sonderseminar mit Großmeister Zhi-Chang Li. Sie nehmen zuerst am Einführungsseminar teil, entscheiden, ob Sie auch die anderen 13 Wochenenden besuchen wollen und bewerben sich dann.

2. Folgende Bewerbungsunterlagen sind einzureichen:

a. Anmeldeformular

Anmeldung zur Fortbildung F..... zum Qi-Gong-Lehrer(in)

Ich,, melde mich hiermit verbindlich für die 13 Wochenenden der Fortbildung F..... zum Qi-Gong-Lehrer(in) des Qi-Gong-Instituts Münster + Konstanz an.

Die Seminargebühren betragen 14 x 199.-Euro, also insgesamt 2786.-Euro (plus 25.-Euro Prüfungsgebühr). Sie sind zahlbar jeweils spätestens 7 Tage vor Beginn des Wochenendes auf das Konto 111 27 62 der Deutschen Bank Münster, BLZ 400 700 24.

Bei Nichtteilnahme an einem Seminar (z.B. wegen Krankheit) ist die Gebühr trotzdem zum jeweiligen Zeitpunkt zu überweisen. Dieses oder ein entsprechendes Seminar kann dann spätestens im nächsten Fortbildungskurs - ca. ein Jahr später - nachgeholt werden.

Veranstaltungsort ist in Münster das Hotel "Haus vom Guten Hirten", Mauritz-Lindenweg 61, 48145 Münster, Tel. 0251-3787-0, Fax 0251-374549.

Ich nehme in eigener Verantwortung und auf eigenes Risiko an den Veranstaltungen teil.

Ort, Datum:

Unterschrift

b. Kurzer Lebenslauf

c. Kurze Motivationsbeschreibung: Warum wollen Sie Qi-Gong lernen bzw. Qi-Gong-Lehrer(in) werden?

Bewerbungsschluss ist 7 Tage nach dem Einführungsseminar.

3. Aufbau- und Fortbildungsseminare

Die Seminare sind so organisiert, daß sie in größeren Abständen stattfinden. Diese Abfolge folgt dem Konzept, daß die Schüler von Anfang an eine Übungspraxis erlernen, die sowohl aus Gruppenübungen unter der Anleitung erfahrener Lehrer, als auch - zwischen den Wochenenden - einem Üben ohne Gruppe, besteht. Diese Art des Übens ermöglicht schnellere Fortschritte.

Sie bezahlen immer nur jeweils ein Wochenende im voraus.

4. Abschluss

Der Fortbildungslehrgang endet mit einem Abschlussseminar.

Nach bestandener Prüfung erhalten die Teilnehmer ein Lehrer-Zertifikat, das Sie zur Vermittlung der erlernten Methoden berechtigt (mit Ausnahme der ausdrücklich nicht zur Weitergabe, sondern nur zum eigenen Gebrauch bestimmten Übungen).

Das Zertifikat befähigt zum Unterrichten der meisten der gelernten Übungen, nicht aber zur eigenständigen Ausbildung von Qi-Gong-Lehrern(innen).

Die Prüfung wird als Qi-Gong-Prüfung abgenommen. Hierbei liegt die Hälfte der Prüfungslast beim Lehrer.

Bitte überweisen Sie die Seminargebühr spätestens eine Woche vor Beginn.

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: Hotel "Haus vom Guten Hirten", Mauritz-Lindenweg 61, 48145 Münster, Telefon 0251-3787-0, Telefax 0251-374549

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.

Änderungen vorbehalten

Qi-Gong-Institut Münster + Konstanz

nach **Großmeister Zhi-Chang Li**

Jägerstr. 20 • 48153 Münster • Telefon 0251-518181 • Telefax 0251-518183
Internet: <http://www.Qi-Gong-Institut.de> • E-Mail: staudinger@qi-gong-institut.de