

# Qi Gong

... und die Leichtigkeit des Seins

11. - 18. Juni 2017 an der Costa Brava

Qi Gong, die Verbindung von Bewegung und meditativer Konzentration zur Lenkung der Lebensenergie, lernen wir hier mit Meister XL Jiang. Gemeinsam entdecken und vertiefen wir den Genuss von Entspannung und neuer Leichtigkeit. Die Woche ist für alle ab Kenntnis der Basisübung des Chan Mi Qi Gong geeignet. Woche ist als Vertiefung der Ausbildung und Weiterbildung gedacht, ebenso wie für Schüler, die Entscheidungshilfe oder Vertiefung für ihren persönlichen Weg mit Qi Gong suchen.

Wir können uns selbst in dieser Ferienwoche mit Unterstützung von Meister Jiang von unserer Verspannung befreien und gemeinsam die Leichtigkeit des Seins entdecken. Mit dem Ausgleich von Yin und Yang erreicht man, sagen die Chinesen, Gesundheit und Wohlbefinden. Wir wiederholen und verfeinern die Basisübung des Chan Mi, der weitere Unterrichtsstoff richtet sich nach dem Ausbildungsstand der TeilnehmerInnen. Nach dieser Ferienwoche haben wir damit eine gute Grundausrüstung zur Regeneration, zum Stressabbau und damit zur Gesundheit und Gesunderhaltung erlernt sowie unsere Kenntnis der Übungen so erweitert, dass wir sie später bei entsprechender Qualifikation auch unterrichten können.

Die Wirkung des Übens wird durch die wunderschöne parkartige Anlage des Eden Roc direkt über dem Meer verstärkt. Meer, Berge und Kiefernwaldchen lassen das Qi Gong-Üben durch eine einmalige Intensität zum besonderen Erlebnis werden.

Die Kurse sind mit Kenntnis der Basisübung für alle und besonders zur Kursleiter- und Lehrerausbildung geeignet. Wir üben jeden Tag vier Stunden. Daneben bleibt viel Zeit für Ausflüge, zum Erholen, Baden, für Sport... oder auch für Taijiquan und gemeinsamen Austausch.

Im Gesundheitszentrum des Eden Roc besteht zusätzlich die Möglichkeit ayurvedischer Behandlung (10% Ermäßigung). Zur Anlage gehören Sauna und Hammam sowie beheiztes Hallenbad und verschiedene Pools. Es gibt Pauschalarrangements für Begleitpersonen, die nicht am Kurs teilnehmen. Eden Roc befindet sich in St. Feliu, einem idyllischen Fischerstädtchen aus der Römerzeit mit 1000-jährigem Kloster, das noch seinen alten spanischen Charakter bewahrt hat. In der Umgebung laden historische Stätten, antike Ruinen, das Dali-Museum und in der weiteren Umgegend die Pyrenäen und Barcelona zu Ausflügen ein.

Seminargebühr 7 Tage € 389,-  
7 Übernachtungen DZ/HP mit Meerblick im Superiorzimmer € 520,-

## Anmeldeformular

Name .....Vorname .....

Name .....Vorname .....

Straße .....

PLZ ..... Ort .....

Telefon ..... Fax .....

e-mail .....

Qi Gong-Urlaubskurs 11. - 18. Juni 2017 an der Costa Brava \*

Seminar €389.-, Halbpension Superior (genialer Meerblick) € 520.-  
\* An- und Abreisetage sind jeweils genannt, 7 Tage

Anzahlung bei Anmeldung für 7 Tage € 389.- der Rest zahlbar vor Ort.

Ich buche Einzelzimmer 7 Tage (Zuschlag €108.-) vor Ort zu entrichten

Ich habe folgenden Betrag überwiesen

€ 389.- für 7 Tage  
 für 2 Pers € 778.- für 7 Tage

Tai Jiang Centrum "Spanien": IBAN DE64 6709 2300 0012 6688 99  
Volksbank Weinheim BIC GENODE61WHM

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung. Bei Rücktritt bis vier Wochen vor Reisebeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von € 50,- einbehalten. Bei Rücktritt bis eine Woche vor Reisebeginn wird die Hälfte der Kosten einbehalten. Bei späterer Absage des Kurses kann keine Rückzahlung erfolgen, außer ein Ersatzteilnehmer wird gestellt. Hiermit buche ich verbindlich obigen Kurs zu den genannten Anmeldebedingungen:

....., den .....  
Ort Datum Unterschrift

### Bitte schicken oder faxen an:

Tai Jiang Centrum • Birkenauer Talstr. 11 • 69469 Weinheim  
Tel. 06201-187249 • Fax 187247  
info@taijiang.de • www.qigongtaiji.de • www.taijiang.de

