

## **DAS NIEREN-QIGONG** **zur Entspannung, Regeneration und Stärkung der Lebensgeister**

In diesem Kurs werden ausgewählte Übungen aus dem Methoden-Zyklus „*Daoyin Yangsheng Gong*“ von Prof. Zhang Guangde, vorgestellt, bei denen die Techniken der TCM vermittelt werden, um das Zehn-Qi zu nähren und das Yuan-Qi zu stärken. Weiterhin werden die 4 Regulationsmethoden und wichtige Akupressur-Punkte der Nieren- und Blasenleitbahnen gezeigt. Da es sich hierbei zum Teil auch um sehr bewegte Übungs-Inhalte handelt, kommt auch die Zeit der Stille nicht zu kurz. Yin und Yang werden wieder ins harmonische Gleichgewicht gebracht. Diese Übungsreihe gehört zum Medizinischen Qigong.

<b>Wann:</b>	<b>Montag, den 31. Januar 2011 und Donnerstag, den 10. Februar 2011</b>
<b>Wo:</b>	<b>„Haus der Harmonie“, Wattenweiler</b>
Uhrzeit:	19.00 bis 20.00 Uhr
Wie oft:	8 Einheiten
Kosten:	89,00 €
Maximal	7 Teilnehmer/Innen
<b>Anmeldeschluss:</b>	<b>23. Januar 2011</b>

**Die Anmeldung gilt als verbindlich. Die Bezahlung/Überweisung ist 1 Woche vor Beginn fällig.**