




WOLKENHÄNDE
Qigong am Bodensee

*Es gibt nichts zu erreichen.
Fangen wir damit an.*

Nei Yang Gong – Innen nährendes Qigong

Qigong ist sanfte Heilgymnastik aus dem alten China. Durch Harmonisierung von Bewegung, Atem und Geist erlangen wir die Kontrolle über die Lebenskraft Qi. Wir üben das „**Innen nährendes Qigong**“ (Nei Yang Gong), das an der berühmten TCM-Klinik in Beidahe (China) entwickelt wurde und praktiziert wird.

Am 7. April 2019 gibt es die Gelegenheit, tiefer in diese faszinierende Qigong-Richtung einzutauchen. Für Personen jeden Alters geeignet, für Anfänger und Geübte gleichermaßen wertvoll.

• • • Qigong • üben • im • Fluss

Dies wird möglich auf der Musikinsel Rheinau. Das **ehemalige Kloster** liegt in einer Doppelschleife des Rheins, inmitten idyllischer Natur. Die Abgeschiedenheit und die Klosteratmosphäre sorgen für **Herzensruhe**, innere Kraft und Lebensfreude. Ganz in der Nähe gibt es zahlreiche **Ausflugsmöglichkeiten** wie etwa Stein am Rhein oder der Schaffhauser Wasserfall, der grösste Wasserfall Europas.

Ruhe • Kraft • Lebensfreude • • •

Wann Sonntag, 10. März 2019, 9-17 Uhr
Wo Musikinsel Rheinau
CH-8462 Rheinau bei Schaffhausen
www.musikinsel.ch

Wer Gerold Gerber, Qigong-Kursleiter (SGQT)
www.wolken-haende.de

Wieviel CHF 120,- inkl. Unterricht, Seminarunterlagen,
schöne Räume und 2 x Kaffeepause
(Offerte CHF 200,- bei Buchung auch 7.4.2019)
Zuschuss durch Krankenkasse möglich (EMfit)

Mittagessen 3-Gang-Menü CHF 28,- (bis 14 Tage vorher buchbar)
oder Selbstverpflegung

Info & Anmeldung Gerold Gerber, Qigong-Kursleiter (SGQT) • • •
Tel. +49 (0)151 52282903 // info@wolken-haende.de



EM  fit



NETZ  WERK
Bundesvereinigung für Taijiquan und Qigong

易
SGQT
ASQT
MEMBER

{ MUSIK
{ INSEL
Rheinau