

Himmel und Erde verbinden: Follow-up Tage Shibashi- Qi Gong 2019

Für Shibashi-Lehrpersonen; für alle, die seit längerem mit Shibashi Qi Gong unterwegs sind

Inputs zur Grundhaltung – Vertiefung der Bewegungsqualität
Tagesthemen

DO 21.02.2019	DO 16.05.19	DO 13.06.19	DO 19.09.19	DO 21.11.19
Winter – Niere/Blase	Frühling – Leber/Gallenblase	Sommer – Herz/Dünndarm	Spätsommer – Magen/Milz	Herbst – Lunge/Dickdarm
9.30 – 16.15 Uhr	9.30 – 16.15 Uhr	9.30 – 16.15 Uhr	9.30 – 16.15 Uhr	9.30 – 16.15 Uhr
Wurzeln und Flügel: Verwurzelt in der Bewegung	Wenn die innere Mitte führt: Bewegung + Dantien	durchlässig werden: Den Qi-Fluss stärken	Yin-/Yang Qualität leben: in Bewegung und Sein	Koordination erleben: Alles gehört zusammen
<i>Stille zulassen – horchend im Fluss sein</i>	<i>Leben wagen – im Lichtfunken der Erneuerung</i>	<i>Licht entfalten – aus dem Herzen leben</i>	<i>Reife erfahren – im Lassen Fülle finden</i>	<i>Abschiede leben – im Ausatmen wurzeln</i>
Stilles Shibashi Fließendes Shibashi Energy Greeting Movements Harmonizing the whole being Yin- und Yang-Form der 5 Jahreszeiten (Fire Energy Teil 1) Spirituelle / method. Impuls Theorie Meridianlehre: - Meridianpunkte Sprudelnde Quelle, Schulterbrunnen, Jadekissen, Bai Hui - Praktische Übungen und Austausch	Stilles Shibashi Fließendes Shibashi Harmonizing Heaven & Earth Yin- und Yang-Form der 5 Jahreszeiten, mit River Flowing fr. the Heart and Returning to Mother Earth (Fire Energy Teil 2) Spirituelle / method. Impuls Theorie Meridianlehre: - Meridianpunkte der drei Dantiens - Praktische Übungen und Austausch	Stilles Shibashi Fließendes Shibashi Wu Shu Harmonizing the whole Being Energy Greeting Movements (Fire Energy Teil 3) Spirit. / method. Impuls Theorie Meridianlehre: - Meridianpunkte Du-Mai, Ren-Mai - Praktische Übungen und Austausch	Stilles Shibashi Fließendes Shibashi Energy Greeting Movements Wu Shu Hamonizing Heaven & Earth (Fire Energy Teil 4) Spirit. / method. Impuls Theorie Meridianlehre: - Meridianpunkte Tigermaul, Lao Gong, Ming Men - Praktische Übungen und Austausch	Stilles Shibashi Harmoniz. Heaven & Earth Energy Greeting Movements (Fire Energy Teil5) Abschluss Follow-up Tage 2019 und Vorschau 2020 Spirit. / method. Impuls Theorie Meridianlehre: - Meridianpunkte Hui Yin, Grosser Wirbel, Roter Drache - Praktische Übung: kleiner Energiekreislauf
Dojo Würzenbach, Luzern	Dojo Würzenbach, Luzern	Dojo Würzenbach, Luzern	Dojo Würzenbach, Luzern	Dojo Würzenbach, Luzern
Barbara & Antoinette	Barbara & Antoinette	Barbara & Antoinette	Barbara & Antoinette	Barbara & Antoinette

Anmeldung an:

A. Brem, Bruchmattstr. 7, 6003 Luzern
oder brem@lebensgrund.ch

Kosten:

Alle 5 Tage Fr. 650.-
Einzeltag: Fr. 150.-

