



Qigong Dancing® - Der Tanz mit der Lebensenergie 4./5. Februar 2012 in Freiburg

Qigong Dancing, eine Synergie von westlichen und östlichen Bewegungs- und Denkansätzen betont die Wechselwirkung von Körperhaltung und seelisch-geistigem Empfinden. So kann Gesunderhaltung mit dem Bedürfnis nach persönlichem Ausdruck, Entwicklung und innerem Wachstum verbunden werden. In einer prozessorientierten Auseinandersetzung mit den Eigenschaften der vier Tiere Bär/Kranich/Tiger/Schlange werden menschliche Kompetenzen betrachtet und reflektiert. Dies bedeutet auch ein Sich einlassen auf einen eigenen Entwicklungsprozess, bei dem uns „die Tiere“ begleiten. Es geht zunächst um erfahren, erkennen, gestalten, reflektieren.

Die Idee:

Basis schaffen - Bär / eine Vision entwickeln - Kranich

Durchsetzungsstrategien - Tiger / Integration der Erfahrungen - Schlange.

Zu diesem Kurs braucht es Neugierde und die Offenheit „über den Tellerrand zu schauen“, die Körperübungen sind für jedes Alter geeignet. Es braucht keine Vorkenntnisse. Bitte bequeme Trainingskleidung mitbringen. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung. Es braucht Neugierde und die Offenheit „über den Tellerrand zu schauen“, die Körperübungen sind für jedes Alter geeignet. Bitte bequeme Trainingskleidung mitbringen. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung.

Leitung: Gertrud Schröder (long ping)

Zeiten: Samstag 10 - 18 Uhr, Sonntag 9 - 13 Uhr

Veranstaltungsort: LongDo Institut, Tullastraße 40 79108 Freiburg www.longDo.de

Kosten: 150 €, Ermässigung ist auf Anfrage möglich.

Anmeldung:

Gertrud Schröder, Rankackerweg 27, 79114 Freiburg

Tel. 0049/761/471485. Email: info@qigong-dancing.de

Die Anmeldung ist bestätigt mit der Überweisung auf das Konto von Gertrud Schröder. Ein Rücktritt ist möglich, wenn ein Ersatzteilnehmer gestellt wird. Eine Bearbeitungsgebühr von 25 € wird einbehalten.

Den Betrag bitte auf folgendes Konto überweisen:

Gertrud Schröder

Postbank, Kontonummer: 337 974 752 BLZ 660 100 75

BIC: PBNKDEFFIBAN: DE23 6601 0075 0337 9747 52