



**Qigong Dancing® - Der Tanz mit der Lebensenergie**  
**5./6. Mai 2012 in Wolfenbüttel**

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.

Dieser Kurs ist Teil einer Seminarreihe, die zwei mal pro Jahr stattfindet. In den Zeiten dazwischen finden regelmässige Übungsgruppen in Wolfenbüttel mit Kerstin Müller statt. NeueinsteigerInnen sind willkommen. Es braucht Neugierde und die Offenheit „über den Tellerrand zu schauen“, die Körperübungen sind für jedes Alter geeignet. Bitte bequeme Trainingskleidung, rutschfeste Socken (keine Turnschuhe) und eine Decke mitbringen. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung.

Leitung: Gertrud Schröder (long ping)

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

Veranstaltungsort: Yamaha Musikschule, Schweigerstr. 19, 38300 Wolfenbüttel

Kosten: 150 €

125 € (wer bereits an einem Seminar in Wolfenbüttel teilgenommen hat)

Anmeldung: Gertrud Schröder, Rankackerweg 27, 79114 Freiburg

Tel. 0049/761/471485. Email: [info@qigong-dancing.de](mailto:info@qigong-dancing.de)

Die Anmeldung ist bestätigt mit der Überweisung auf das Konto von Gertrud Schröder.

Anmeldeschluß ist der 20. 9. 2011. 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

Weitere Informationen vor Ort:

Kerstin Müller, Tel: 05331-8852969 o. 0175-4111463

email: [kmueller.ejanz@t-online.de](mailto:kmueller.ejanz@t-online.de)