

Das LoPi System

Das LoPi System

LoPi System ist der Oberbegriff für die verschiedenen Aspekte meiner Arbeit, die sich in 37 Jahren Praxis in den Weg- und Kampfkünsten entwickelt haben. Ich erhielt im Laufe der Jahrzehnte Impuls von Lehrern aus Deutschland, USA und China. Diese bereicherten meinen Weg. Bewusst habe ich mich von dem Prinzip der fünf Wandlungsphasen, die ich sehr schätze, gelöst und beziehe mich im LoPi System auf unsere vertrauten vier westlichen Elemente. Damit habe ich eine einzigartige alltagstaugliche Haltungsschulung entwickelt.

Inhalte des LoPi Systems

KRAFT DER VIER TIERE® – Übungen zur Klärung und Stärkung auf allen Ebenen

Affektkontrolltraining® – Emanzipationstraining, Bewusstmachung und Wertschätzung aller Persönlichkeitsanteile, das „entdeckende Bearbeiten“ der „dunklen Seiten“ kann eine „Brücke der erweiterten Optionen“ werden, die Chancen ins Blickfeld rückt.

Qigong Dancing® – Haltungsschulung, eine Lebensphilosophie, der Tanz mit der Lebensenergie ist ein Entwicklungsprozess

AniMotion® – Fitness- und Power Workout, für die ganze Familie, für jede Altersgruppe