



Sheng Zhen



## Der Weg der Kaiserin

Workshop - Reihe am  
Eisenbergerhof

12. Oktober 2019  
9. November 2019  
14. Dezember 2019  
25. Jänner 2020  
28. März 2020  
30. Mai 2020  
27. Juni 2020

jeweils: **14:30 – 18:00**

Anmeldung **0699-81279983**

[alida@rudlof.a](mailto:alida@rudlof.a)

[alida@rudlof.at](mailto:alida@rudlof.at)



**Anmut, Eleganz und Ausstrahlung** kennzeichnen das Äußere einer Kaiserin, während ihr Inneres durch einen **ruhigen und klaren Geist**, sowie ein **offenes und liebevolles Herz** geprägt ist.

In dieser Workshop-Reihe lernst du durch das Praktizieren von harmonischen und ganzheitlichen **Sheng Zhen-Übungen**, dich innerlich wie äußerlich zu stärken, zu zentrieren und dein Herz sanft zu öffnen. Neben wunderschönen Körperübungen werden **altchinesische Heil- und Lebensweisen vermittelt**, die dir helfen, dich als wahre Kaiserin zu fühlen! Auch **Männer sind willkommen**, den „**Weg des Kaisers**“ in sich zu erforschen!

Jeder Workshop-Termin hat ein eigenes **Schwerpunktthema**. Deshalb können die Termine auch einzeln besucht werden.

**Beitrag pro Workshop: € 55,-**

Bei gleichzeitiger Buchung von mindestens **3 Workshops** reduziert sich der Beitrag pro Termin auf **€ 50,-**

**Vereinsmitglieder: € 48,-pro Workshop**

