



erreichbarkeit



Stärkung der Herzenskraft

Sheng Zhen Gong



Erreichbarkeit:

Mit der Bahn: Hauptbahnhof Graz, mit der Straßenbahnlinie 1 nach Station *Tannhof* (leicht ansteigender, 10-minütiger Fußweg) oder Endstation *Mariatrost* (stark ansteigender, 5-minütiger Fußweg)

Mit dem Auto: Vom Zentrum kommend in Richtung Weiz bis zur Basilika Mariatrost. Das Bildungshaus liegt auf halber Höhe des Kirchbergs.

Qigong-Workshopreihe:
17. März, 7. April, 19. Mai 2017

anmeldung

Bildungshaus Mariatrost
Kirchbergstraße 18, 8044 Graz
Tel. 0316 391131, Fax DW-30
office@mariatrost.at
www.mariatrost.at
DVR-Nr. 0029874/1024

bildung &
begegnung

bildungshaus
mariatrost

Klarheit und inneren Frieden finden, tiefe Stille erleben und sich an der ureigenen Kraft des Herzens erfreuen. Diesen besonderen und kostbaren Zustand erleben wir beim Praktizieren der fließenden Bewegungen des Sheng Zhen Gong, die den ganzen Körper einbeziehen und für einen freien Energiefluss sorgen.

Anfänger wie auch länger Praktizierende sind in dieser Workshop-Reihe gleichermaßen willkommen.

Da es beim Praktizieren der Qigong-Übungen einer Regelmäßigkeit bedarf und die Module inhaltlich aufbauend sind, wird die Teilnahme an allen Terminen empfohlen!

Menschen aller Altersstufen, die durch meditative Körperarbeit ihre Herzkraft stärken und tiefes Wohlbefinden erleben wollen, sind herzlich willkommen!

Bitte bequeme Kleidung und Sitzkissen mitbringen!

Referentin:



Mag. Alida Rudlof-Jausovec
international zertifizierte Qigong-
Lehrende, Leiterin von Sheng Zhen
Styria, Begleiterin für den
gemeinschaftsbildenden Prozess
nach Scott Peck.

Workshopreihe:

Freitag, 17. März 2017, 14.30 bis 17.30 Uhr

Freitag, 7. April 2017, 14.30 bis 17.30 Uhr

Freitag, 19. Mai 2017, 14.30 bis 17.30 Uhr

Teilnahmebeitrag: € 90,- für alle 3 Module

Wenn es aus zeitlichen Gründen nicht anders möglich ist,
können die Workshops einzeln besucht werden.

Einzelmodul € 35,00