



Qigong - Wochenendseminar 24. bis 26. Juni 2016

Nine Turns ist eine Basisform des **Sheng Zhen Gong**, die ohne äußere Bewegung im Liegen ausgeführt wird. Dieses meditative Qigong führt zu einer Zirkulation von Qi durch den ganzen Körper, um sowohl den Körper als auch den Geist zu stärken. Wenn du diese Qigong übst und seine tiefere Bedeutung verstehst, kann dich nichts mehr belasten. Mit angereichertem Qi wirst du eine gute Gesundheit, gute Laune und ein Gefühl vollkommenen Wohlbefindens in deinem Leben erfahren.

Neben dem Erlernen der Nine Turns wird es ausreichend Zeit und Raum geben, um **verschiedene Steh- und Sitzübungen** aus dem Sheng Zhen Gong zu praktizieren. Das genaue Programm der Veranstaltung richtet sich nach den Vorkenntnissen der Teilnehmenden.

Ort: **Bergbauernhof Edler**
Kohlschwarz 9, 8573 Kainach bei Voitsberg

Zeitraum: Freitag 24. Juni, 18:00 Uhr bis Sonntag 26. Juni, 13:00 Uhr

Beitrag: **230 bis 280 Euro** nach eigener Einschätzung
Seminar (ca. 12 h) und Nächtigung im Mehrbettzimmer inklusive Verpflegung

Veranstalter und Kontakt: **Verein Sheng Zhen Styria**
Alida, Claudia, Kathrin, Martina
kathrin.paller@shengzhen.at
www.shengzhen.at



Anmeldebedingungen

Qigong – Wochenendseminar 24. bis 26. Juni 2016
Bergbauernhof Edler, Kainach bei Voitsberg

- Bitte sende deine verbindliche, schriftliche Anmeldung unter Angabe von **Name, Adresse und Telefonnummer** an kathrin.paller@shengzhen.at. Die Anmeldung ist auch über die Website des Vereins Sheng Zhen Styria www.shengzhen.at möglich.
- Die Anmeldung wird gültig mit der Überweisung der Anzahlung von **50 Euro** auf das Konto **SHENG ZHEN STYRIA AT94 1420 0200 1093 3154**. Bis zum Kursbeginn ist der Gesamtbetrag zu überweisen.
- Da die **Anzahl der Teilnehmenden sehr begrenzt** ist, erfolgt die Vergabe der Plätze nach Anmeldungseingang.
- Bei **Stornierung** bis 2 Wochen vor Seminarbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von 50 Euro einbehalten. Bei späterer Stornierung ist der gesamte Seminarbeitrag zu begleichen - es kann eine ErsatzteilnehmerIn genannt werden!
- Die Anfahrtsbeschreibung und **weiter Informationen** schicken wir dir nach Eingang deiner Anmeldung zu.