

## Information und Anmeldung

Dieses Seminar ist die Fortsetzung von Shaolin Neijin Yizhi Chan, also für Qigong-Interessierte geeignet, die bereits den ersten Teil des Shaolin Neijin Yizhi Chan Qigongs erlernt haben.

Die Kurssprache ist Englisch. Es wird bei Bedarf ins Deutsche übersetzt.

**Zeitplan: Samstag 09.03.2019 von 9:30 - 17:00 Uhr**

**Sonntag 10.03.2019 von 9:30 - 16:00 Uhr**

**Kursort: Jörg-Syrlin-Haus, Jörg-Syrlin-Str. 99, 89081 Ulm**

Teilnahmegebühr bei Anmeldung

- bis zum 09.02.2019: 225 €
- ab dem 10.02.2019: 250 €

Verbindliche Anmeldung bitte an:

**Arztpraxis Dr. med. Zhihong Zhang**

**Email: kontakt@dr-zhang.de**

**Telefon: 0731/14050881 | Fax: 0731/14050882**

Bitte überweisen Sie die Kursgebühr nach der Bestätigung an:

Zhihong Zhang, Deutsche Bank Ulm

IBAN: DE95 6307 0024 0045 2532 00

Bei Stornierung nach dem 10.02.2019 bzw. Nichterscheinen des angemeldeten Teilnehmers wird eine Bearbeitungsgebühr von 50 € erhoben.

Im Preis enthalten sind:

14 Std. Qigong, 2 X Mittagessen, 4 X Pausenkaffee, Kuchen und Gebäck sowie Tee und Kaffee.



Arztpraxis Dr. Zhihong Zhang

## Heilen mit Innerer Kraft und Energie Teil II

*Ein Wochenendseminar mit Prof. Dr. Yuhong Xie (China)*

醫學氣功



## Shaolin Neijin Yi Zhi Chan Teil II

*Samstag 09. März und*

*Sonntag 10. März 2019*

*in Kooperation mit Dr. med. Zhihong Zhang*



## Medizinisches Qigong

## Shaolin Neijin Yi Zhi Chan Qigong Teil 2

Das Shaolin Innere Stärke Ein-Finger-Meditation Qigong ist ein einzigartiger Qigong Stil, der seit Entstehung im Shaolin Tempel Fujian über hunderte von Jahren verfeinert wurde und zu einer der meist empfohlenen Übungen der Qigong Gemeinschaft Chinas geworden ist. Zu den Besonderheiten gehört die Kombination von Bewegung und Stille, wobei das Qi durch Stille genährt und mittels Bewegung kultiviert wird.

Die **innere Kraft und Energie (nei jin)** ist die Grundlage des Lebens und all seiner Tätigkeiten. **Ein Finger (yi zhi)** bezeichnet die spezielle Trainingsmethode mit zehn Fingern und zehn Zehen, wo sich die Anfangs- bzw. Endpunkte der zwölf Meridiane des Körpers befinden. **Zen (chan)** ist eine Strömung des Buddhismus, welche vor allem durch meditative Stabilität und Ruhe charakterisiert wird.

Während wir im ersten Teil die Aufwärmübungen und den ruhigen Part praktiziert haben, werden wir in diesem zweiten Teil den dynamischen Part des Shaolin Neijin Yizhi Chan Qigongs erlernen. Herr Dr. Xie wird uns die Einführung in den Bereich der Qi-Regulation und Zirkulation geben, was zukünftig in weiterführenden Kursen noch vertieft werden kann.

Durch intensives Training mittels Innere Kraft im Teil 2 werden nicht nur viele Krankheiten vorgebeugt und behandelt, sondern auch die Muskulatur in Rücken und Extremitäten besonders verstärkt. Gleichzeitig wird neue Energie für den Alltag geschöpft und das Wohlbefinden gesteigert!

## Professor Dr. Yuhong Xie (China)

ist promovierter Arzt der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) und international anerkannter Meister des Qigong. Er ist einer der ersten Mediziner und Qigong-Meister, der das Medizinische Qigong als universitäre Fachrichtung einführte. An der TCM Universität in Nanjing begründete er im Jahre 1999 das Institut für Medizinisches Qigong mit, wo er über viele Jahre sowohl chinesische als auch internationale Studenten betreute.

Heute lebt Prof. Dr. Xie in Manchester (Großbritannien) und praktiziert sowohl als TCM-Arzt als auch als Qigong-Therapeut. Zudem ist er Präsident der International Taiji Qigong Health Preservation Association, Gastprofessor für TCM an mehreren Universitäten und eine Koryphäe des Medizinischen Qigong.

