

## ***Qigong Yangsheng in der Schwangerschaft und Frauenheilkunde***

**Leitung: Dr. med. Ingrid Reuther**

**Diese Kurse wenden sich an** alle, die beruflich mit dem Thema Schwangerschaft und Geburt zu tun haben und an alle, die sich für das Thema Frauengesundheit interessieren.

**Kursinhalt:** Die theoretischen Grundlagen von TCM und Qigong werden im Zusammenhang mit der Geburtshilfe (Kinderwunsch, Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett) dargestellt. Anpassungen der Qigong-Übungen an die körperlichen und seelischen Veränderungen der Frau während dieser Zeit sind ein wichtiges Thema. Auch außerhalb der Schwangerschaft ist Qigong ein guter Begleiter im Leben einer Frau. Positive Effekte z.B. auf den Menstruationszyklus, bei Schmerzen, Menopause und Altern werden besprochen.

Durch Üben einer einfachen Sequenz soll das Verständnis vertieft und am eigenen Körper erfahrbar gemacht werden. Praxis und Theorie machen je etwa die Hälfte des Kurses aus.

*Grundkenntnisse in TCM und Qigong sind hilfreich, aber nicht Voraussetzung.*

*Dieser Kurs kann im Rahmen der 80-stündigen Akupunktur-Grundausbildung für Hebammen anerkannt werden. Die Zertifizierung ist (oder wird) bei der zuständigen Ärztekammer beantragt.*

***Bonn 2010***

**13. – 14.3.2010**

**Kursort:** Clubraum der Mensa, Universitätskliniken Bonn-Venusberg, Sigmund Freud Str. 25

***München 2010***

**30. – 31.10.2010**

**Kursort:** Beratungsstelle für natürliche Geburt, Häberlstr. 17, Rckgb., 2. Stock rechts,  
80337 München

**Kurszeiten:** Am 1. Tag: 9-12 und 15-18 Uhr, am 2. Tag: 9-12 und 14-16 Uhr

**Gebühren:** €160; für Mitglieder €140

**Weitere Informationen bei der Medizinischen Gesellschaft für Qigong Yangsheng e.V.**

Colmantstr. 9, 53115 Bonn, Tel.: 0228-696004, Fax: 0228-696006  
info@qigong-yangsheng.de, www.qigong-yangsheng.de