



Qingyanggong (Tempel zur Blaugrünen Ziege), Chengdu

Der Daoist **Li Hechun** ist Abt des Zhizhen Tempels in Chengdu. Er wurde 1978 in Shangluo/Shaanxi geboren und wuchs in einer Atmosphäre auf, die von traditioneller daoistischer Kultur geprägt war. Seine Ausbildung und Ordination hat er im Qingyanggong Tempel (Tempel zur Blaugrünen Ziege) in Chengdu erhalten. Er ist Autor vieler Veröffentlichungen über daoistische Kultur und daoistische Rituale.

Das Spielen der Guqin (chinesische Griffbrettzither) und die Kalligraphie sind weitere Methoden seiner Selbstkultivierung. Er unterrichtet verschiedene Qigong Methoden wie Yangsheng-Übungen entsprechend den fünf Wandlungsphasen (wuxing yangsheng gong), Sitzen in Stille (jingzuo), Stehen-wie-ein-Pfahl-Übungen (zhanzhuan-gong), Umwandlung von Sehnen und Muskeln (yijinjing), Übungen aus dem Spiel der Tiere und Taijiquan.

Unser vielfältiges Literaturangebot sowie unser gesamtes Kurs- und Fortbildungsprogramm finden Sie auf unserer homepage oder in unserer Broschüre **Programm 2019**



**Medizinische Gesellschaft
für Qigong Yangsheng e.V.**

Colmantstr. 9 | 53115 Bonn

Tel 0228 696004 | Fax 0228 696006

info@qigong-yangsheng.de | www.qigong-yangsheng.de



**Medizinische Gesellschaft
für Qigong Yangsheng e.V.**



Li Hechun, Daoistischer Mönch und Abt
des Zhizhen Tempels in Chengdu

**Fortbildungskurse 2019
Leitung: Li Hechun**

**Bonn
München**

Kooperationspartner:

SMS Internationale Gesellschaft für Chinesische Medizin e.V.

Seminare und Übungsstunden in Bonn

- 18.-20.10. Wuxing Yangsheng Gong (328)**
Kurs-Nr. (328)
Yangsheng-Übungen entsprechend den fünf Wandlungsphasen - Übungen aus der 1. Sequenz (10 Übungen) / Einführung und Wiederholung
- 20.-21.10. Wuxing Yangsheng Gong (331)**
Kurs-Nr. (331)
Yangsheng-Übungen entsprechend den fünf Wandlungsphasen - Übungsstunden - Übungen aus der 1. Sequenz für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen der 1. Sequenz des Wuxing Yangsheng Gongs
- 25.-27.10. Wuxing Yangsheng Gong (329)**
Kurs-Nr. (329)
Yangsheng-Übungen entsprechend den fünf Wandlungsphasen - Übungen aus der 1. Sequenz (10 Übungen) und aus der 2. Sequenz (6 Übungen), Einführung und Wiederholung
- 27.-28.10. Wuxing Yangsheng Gong (332)**
Kurs-Nr. (332)
Yangsheng-Übungen entsprechend den fünf Wandlungsphasen - Übungsstunden - Übungen aus der 1. und 2. Sequenz für TeilnehmerInnen mit Vorkenntnissen der 1. und 2. Sequenz des Wuxing Yangsheng Gongs

Seminar in München

- 11.-13.10. Wuxing Yangsheng Gong (330)**
Kurs-Nr. (330)
Yangsheng-Übungen entsprechend den fünf Wandlungsphasen - Übungen aus der 1. Sequenz (10 Übungen) und aus der 2. Sequenz (6 Übungen), Einführung und Wiederholung

Hinweis auf die Studienreise – 01. - 19.09.2019

„Zu den Wurzeln des Yangsheng“ nach China

Reiseleitung: Dr. med. Sandra Willeboordse, Drensteinfurt.
Prof. Dr. Wang Min (Germanist, Professor an der Universität Nanjing) begleitet die Reise. Nähere Auskünfte:
Tel 0228-696004 (Büro) und Tel 02538-952999 (Sandra Willeboordse)



Li Hechun bei einer Pfahlübung



Li Hechun beim Spiel der Guqin

Kursanmeldung für die Seminare in Bonn

Bitte melden Sie sich **schriftlich** unter Angabe der **Kursnummer** an. Wir freuen uns, wenn Sie dazu unsere Webseite www.qigong-yangsheng.de nutzen. Natürlich können Sie sich auch per Email (info@qigong-yangsheng.de), per Fax oder Post bei der Medizinischen Gesellschaft für Qigong Yangsheng e.V. anmelden.

Ansprechpartnerin für die Seminare in Bonn:

Dr. med. Christa Zumfelde-Hüneburg

Tel: 0228-210919 | christa.zumfelde@web.de

3-Tageskurse: Kursgebühren: 285,- € (Mitglieder: 255,- €)

Kurszeiten: 1. Tag von 9-12:30 Uhr und 15-18:30 Uhr; am 2. Tag von 9-12 Uhr und von 15-18 Uhr; am letzten Kurstag von 9-13 Uhr.

Übungsstundenkurse: Gebühren: 105,- € (Mitglieder: 100,- €)

Kurszeiten: 1. Tag: 15-18 Uhr; 2. Tag: 9-12 Uhr

Die Abmeldung von gebuchten Kursen ist nur schriftlich möglich.

Bei Ab- und Ummeldungen wird eine Bearbeitungsgebühr von 25,00 € berechnet, unabhängig von Grund und Anlass.

Kursanmeldung für das Seminar in München

Bitte wenden Sie sich direkt an unseren Kooperationspartner: SMS Internationale Gesellschaft für Chinesische Medizin e. V. Franz-Joseph-Str. 38 | 80801 München | Tel 089 75905785 Fax 089 75905786 | Email: a.gruell@tcm.edu | www.tcm.edu