

DIE SUMMER SCHOOL

Termin: Sonntag, 11. August (18:00 Uhr) bis Freitag, 16. August 2024 (14:00 Uhr); die Summer School kann nur komplett gebucht werden.

Ort: Tagungshaus Mühlrain, Zum Mühlrain 1
34593 Knüllwald-Niederbeisheim
Tel.: 05685-7749940, E-Mail: mail@muehlrain.de
www.tagungshaus-muehlrain.com

Anreise: Das Tagungshaus liegt 30 km südlich von Kassel. Mit dem Auto: Abfahrt von der A7 bei der Autobahn-Raststätte Hasselberg (direkte Abfahrt), dann noch 4 km. Mit der Bahn: Der Bahnhof Malsfeld ist 6 km entfernt, von Kassel in ca. 20 Minuten, von Fulda in ca. 60 Minuten mit dem Regionalzug erreichbar. Die weitere Anfahrt erfolgt mit Bus oder Anrufsammeltaxi (AST 491 Richtung Homberg: Tel. 0800-9390800, mindestens 35 Minuten vorher anfordern). Genaueres siehe Homepage des Tagungshauses.

Kosten: Der Unterricht ist kostenlos.

Kosten für Unterkunft und Verpflegung pro Person:
315 € im DZ, 360 € im EZ.

Wir freuen uns auf eure Bewerbung zur Teilnahme.

Wir benötigen von euch:

Name, Adresse, Alter, Telefon, E-Mail, warum ihr an der Summer School teilnehmen möchtet und ob ihr schon Vorerfahrungen und Kenntnisse in Qigong Yangsheng habt. Gerne per E-Mail oder Videoclip an uns.

Vorkenntnisse: sind nicht erforderlich.

Bewerbung und Anfragen: per E-Mail an:
info@qigong-yangsheng.de



Essenz, Qi, Geist
Kalligrafie von Jiao Guorui

Medizinische Gesellschaft für Qigong Yangsheng e.V.
Colmantstraße 9 in 53115 Bonn
Telefon: 0228-696 004, Fax: 0228-696 006
E-Mail: info@qigong-yangsheng.de
www.qigong-yangsheng.de

QIGONG YANGSHENG SUMMER SCHOOL

**Kursstipendien
für junge Leute bis 30**

11.–16. August 2024
Tagungshaus Mühlrain
30 km südlich von Kassel



Prof. Jiao Guorui: Pferd-Schritt –
die Hände wie ziehende Wolken
(Foto: Renate Hofmann)



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

QIGONG YANGSHENG

Qigong ist ein Sammelbegriff für vielfältige Übungsmethoden, die in China entwickelt wurden und sich in unterschiedlicher Weise mit der Lebenskraft beschäftigen. Yangsheng heißt „Pflege des Lebens“ und bezeichnet eine lange Tradition der Kultivierung des Lebens durch Übungen, Philosophie und durch Ausüben und Genuss der Künste, der Musik, Dichtung und Kalligraphie.

Das Lehrsystem Qigong Yangsheng wurde von Jiao Guorui (1923-1997) begründet, es enthält verschiedene Methoden mit Übungen in Ruhe und Übungen in Bewegung und umfasst weitgefächerte theoretische Grundlagen.

Qigong Yangsheng in der Summer School

„Stehen wie eine Kiefer“, „Zerteile die Wolken, halte den Mond“ oder „Der weiße Kranich zeigt seine Schwingen“ – das sind einige Bilder, die uns beim Üben inspirieren können. Wir wollen einen Einblick in Theorie und Praxis von „Qigong Yangsheng“ geben und neugierig auf „Mehr“ machen. Wie ist Qigong Yangsheng in die Kultur und Geschichte Chinas sowie in die Traditionelle Chinesische Medizin eingebettet?

Beispielhaft wird eine Methode so gründlich praktisch vermittelt, dass sie zu Hause weiter geübt und als erster Baustein für eine Grundausbildung verwandt werden kann. Die Summer School wird von Dozent:innen der Medizinischen Gesellschaft für Qigong Yangsheng geleitet.

Weitere Informationen zur Summer School geben gerne:

Martha Bank, martha.bank@freenet.de

Franziska Gisin, fraenzi.gisin@gmx.ch

Willkommen bei der Medizinischen Gesellschaft für Qigong Yangsheng e.V.

Wer wir sind

Die Medizinische Gesellschaft für Qigong Yangsheng e.V. wurde 1991 gegründet. Sie ist eine gemeinnützige wissenschaftliche Einrichtung im Bereich der Gesundheitsbildung.

Schwerpunkte und Inhalte unserer Arbeit sind:

- Dokumentation, Förderung und Anwendung des Lehrsystems Qigong Yangsheng von Prof. Jiao Guorui,
- Kurse und Seminare im Rahmen der allgemeinen Bildung und Gesundheitsförderung,
- Kurse und Seminare im Rahmen der beruflichen Weiterbildung,
- Aus- und Weiterbildung in Qigong Yangsheng,
- Kulturelle Veranstaltungen zur Tradition des Yangsheng,
- Erstellen von Lehrmaterial,



- Forschungsarbeit und internationaler wissenschaftlicher Austausch im Hinblick auf Methodik, Anwendung, transkulturelle Übertragbarkeit und Wirksamkeit; Quellenforschung,
- Herausgabe einer jährlich erscheinenden Fachzeitschrift, Aufbau einer Bibliothek, wissenschaftliche Ausstellungen.

Stand 24.01.24



Das Tagungshaus „Haus Mühlrain“



Historische Darstellung von Qigong-Übungen aus dem Mawangdui-Grab, 168 v.u.Z.



Prof. Jiao Guorui unterrichtet in Bonn, 1993