



## **Qigong Yangsheng und Freizeit Kurs im Nordseebad Spiekeroog**

**Donnerstag, 30.04.2026 bis  
Sonntag, 03.05.2026**

### **Haus am Meer**

Westend 12, 26474 Spiekeroog,  
[www.diakonie-haus-am-meer.de](http://www.diakonie-haus-am-meer.de)



Abb: Diakonie Freizeitzentrum Spiekeroog

## **Kursinhalt: Die „15 Ausdrucksformen des Taiji- Qigong“ und die „8 Brokatübungen“ aus dem Lehrsystem Qigong Yangsheng von Prof. Jiao Guorui – Kurs-Nr. 2026-015**

**Kursleitung:** Doris Palm, Oldenburg

**Kurszeiten:** Donnerstag, 30.04.26: 16:00 bis 18:00 Uhr, Freitag, 01.05.26 und  
Samstag, 02.05.26: 07:45 bis 08:15 Uhr, 10:00 bis 12:00 Uhr und 16:15 bis 17:45 Uhr  
Sonntag: 09:00 bis 10:00 Uhr  
insgesamt 11 Zeitstunden Unterricht

**Kursraum:** Zum gemeinsamen Üben steht uns ein großer Seminarraum mit Steinfußboden, mit Tischen und Stühlen und mit Teeküche zur Verfügung. Bei schönem Wetter werden wir auch draußen auf der Wiese und am Strand üben. Bitte entsprechend geeignete Kleidung mitbringen.

**Haus am Meer:** Für die Unterbringung im Haus am Meer sind in der Familienferienstätte Ferienwohnungen (FeWo) mit jeweils zwei Einzelzimmern und einem gemeinsamen Bad für uns reserviert. Die Zimmer können am Ankunftstag in der Regel ab 15:00 Uhr bezogen werden.

**Verpflegung:** Die Verpflegung (Halbpension Plus) im Haus am Meer umfasst ein Frühstücksbuffet um 8.30 Uhr und ein Abendessen-Buffer um 18.30 Uhr. Für mittags gibt es ein Lunchpaket, dafür bitte Brotdosen mitbringen. Besondere Wünsche, z.B. vegetarische Kost, Diät, etc. können abgesprochen werden, vegane Kost wird nicht angeboten.

**Kursgebühr:** 210 € (Mitglieder 190 €) - **zuzüglich Pauschale für Unterkunft und Verpflegung:** 320,00 €:  
Ferienwohnung als Einzelzimmer mit gemeinsamer DU/WC (je 2 Personen), Halbpension Plus, Handtücher u. Bettwäsche werden vom Haus zur Verfügung gestellt und sind im Preis inclusive.

Hinweis: Nicht in Anspruch genommene Teilleistungen innerhalb des gebuchten Zeitraumes können nicht verrechnet oder erstattet werden.



### Anmeldung:

Wir bitten um frühzeitige verbindliche Anmeldung (**bis zum 30.01.2026**) mit Angabe der Kursnummer zum Kurs **und zur Pauschale für Unterkunft und Verpflegung** per Post oder E-Mail an: Medizinische Gesellschaft für Qigong Yangsheng, Colmantstr. 9, 53115 Bonn, Tel.: 0228-696004, [info@qigong-yangsheng.de](mailto:info@qigong-yangsheng.de)

### Zahlung der Kursgebühr und der Pauschale an die Medizinische Gesellschaft für Qigong Yangsheng.

**Rücktritt:** Abmeldung per E-Mail oder Brief an das Büro der Medizinischen Gesellschaft für Qigong Yangsheng. Bei jeder Ab- oder Ummeldung eines Kurses wird eine Bearbeitungsgebühr von 25,00 € berechnet, unabhängig von Grund und Anlass.

Ausfallgebühren, die das „Diakonie Freizeitzentrum Spiekeroog“ für entgangene Verpflegung und Übernachtungen berechnet, werden an die Kursteilnehmer weitergegeben:

- bei Absage ab 3 Monate vor Beginn des Kurses - 40 %
- bei Absage ab 1 Monat vor Beginn des Kurses 60 %
- bei Absage am Ankunftstag 90%.



Abb.: Diakonie Freizeitzentrum Spiekeroog



Abb.: Nordseebad Spiekeroog GmbH, Schifffahrt u. Kurverwaltung

### Anreise

Geplant ist eine gemeinsame Fähranreise von Neuharlingersiel nach Spiekeroog. Wir nehmen die Fähre um 13:00 Uhr und treffen uns um 12:30 Uhr am Fähranleger. Eine spätere Anreise um 14:10 Uhr und um 20 Uhr ist möglich, allerdings ohne Gepäcktransport zur Unterkunft. Vom Anleger bis zur Unterkunft sind es ca. 20 Min. zu Fuß zu laufen.

Das Gepäck kann mitgenommen oder beim Insel-Gepäcktransport aufgegeben werden (sofern eine Mindestgepäckmenge erreicht wird).

Die Fähre wird von jedem Teilnehmer selbst gebucht und gezahlt (incl. Kosten für den Kurbeitrag und Gepäckservice). Bei der Online-Buchung für die Fähre gibt es 10 % Rabatt. <https://buchung.spiekeroog.de/>  
Die Abreise kann individuell am Abreisetag erfolgen.

**Hinweis:** Die Medizinische Gesellschaft für Qigong Yangsheng e.V. behält sich vor, einen Kurs bei einer zu geringen Zahl von Anmeldungen abzusagen; Mindestteilnehmerzahl: 10 Personen  
Änderung der Kursleitung vorbehalten.

**Weitere Informationen:** bei Doris Palm: Tel. 0441-20 97 921 oder beim Büro der Medizinischen Gesellschaft für Qigong Yangsheng.