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

Dantian, Herz und Natürlichkeit
zentrale Begriffe und Übungen aus dem Lehrsystem Qigong Yangsheng

13.-14. März 2027 in Basel, Riehen

Leitung Dr. Martina Darga und Franziska Gisin

In der Terminologie der Lebenspflege finden sich Begriffe wie z.B. „Natürlichkeit“ *(zìrán)*, „Lebenskraft“ *(qì)*, „Herz" *(xīn)* oder „Tor des Lebens“ *(mìngmén)*, die beim Üben sehr wichtig sind. Zudem sind bestimmte Körperbereiche wie die „Zinnoberfelder“ (*dāntián*) oder die „Sprudelnden Quellen“ (*yǒngquán*) von besonderer Bedeutung. Wer sich mit den Begriffen auseinandersetzt, erfährt dadurch eine Bereicherung seines Übens.
Begriffe und Übung nähren sich gegenseitig – in diesem Sinne verbindet dieser Kurs im Wechsel theoretische Ausführungen und praktische Übungen.



Aus: *Xingming guizhi*, juan 1
Nachdruck von 1615.

Martina Darga erklärt zentrale Begriffe des Qigong Yangsheng, während Franziska Gisin diese durch Qigong-Übungen nahe-bringt.

Kurszeiten: **1. Tag: 9:00-12:30 Uhr und 15:00-18:30 Uhr**
2. Tag: 9:00-13:00 Uhr

Ort: Römerfeldstr.1, CH-4125 Riehen/Basel

Kursgebühr: 260 € (Mitgl. 220 €); Frühbucher, bis 6 Wochen vorher: 220 € (Mitgl. 200 €)
Grundkenntnisse der 15 Ausdrucksformen sind hilfreich.

Dr. Martina Darga ist Sinologin. Sie hat sich auf die Innere Alchemie des Daoismus spezialisiert und mehrere Bücher zur chinesischen Religion und Philosophie veröffentlicht.

Franziska Gisin ist Physiotherapeutin und Dozentin der Medizinischen Gesellschaft für Qigong Yangsheng.

Anmeldung und weitere Informationen: Medizinische Gesellschaft für Qigong Yangsheng e.V.