Donnerstag, 27. April 19:00 bis 20:00 Uhr
Die Veranstaltung ist Teil des Online-Auftaktevents

Das Spiel der 5 Tiere (Lehrsystem von Jiao Guorui)

Mit dem Spiel der 5 Tiere von Jiao Guorui werden Bewegungen und Eigenschaften, natürliche und zugeschriebene, ausgewählter Tierarten nachgeahmt. Die Übungen zeichnen sich durch große Lebendigkeit und Vielfalt aus.

https://vielfalt-erleben.org/events/das-spiel-der-5-tiere/

Samstag, 29. April 9:00 bis 16:00 Uhr
Methoden aus dem Lehrsystem Qigong Yangsheng

9-10 Uhr , Die 15 Ausdrucksformen des Taijiqigong
10-11 Uhr, Die 8 Brokatübungen
11-12 Uhr, Die 6-Laute-Methode
12-13 Uhr, Das Spiel des Tigers
13-14 Uhr, Die Emei-Methode, Übungen zur Aufnahme des Qi
14-15 Uhr, Das Spiel des Bären und das Spiel des Kranichs
15-16 Uhr, Fuqi Yangsheng Fa, Aufnahme von Qi zur Kultivierung der Lebenskraft

https://vielfalt-erleben.org/events/online-methoden-des-lehrsystems-qigong-yangsheng-von-9-16-uhr/