



Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

15.-16.3.	P1	<b>Stehen-wie-ein Pfahl, Einführung</b> Elisabeth Friedrichs	<b>012</b> Augsburg
21.-23.3.	GD	<b>Wuxing Yangsheng Gong, Yangsheng Übungen entsprechend den fünf Wandlungsphasen</b> Einführung und Wiederholung in die 2. Sequenz Li Hechun, Abt	<b>328</b> ONLINE
22.-23.3.	T2	<b>Spiel der 5 Tiere Tiger, Hirsch, Einführung</b> Petra, Maierhöfer	<b>014</b> Bonn
22.3.	TÜ	<b>Spiel der 5 Tiere / Übungstag</b> Ulrike Kühn	<b>015</b> Basel
28.3.-1.4.	F4	<b>15 Ausdrucksformen, Vertiefung</b> Doris Palm	<b>805</b> Oldenburg
29.-30.3.	B2	<b>8 Brokatübungen, 2. Teil, Einführung</b> Martha Bank	<b>016</b> Köln
<b>April</b>			
4.-6.4.	Y2	<b>Youfagong - Methode der Induzierten Bewegung, Einführung</b> Martha Bank, Gisela Hildenbrand	<b>017</b> Köln
5.-6.4.	E2	<b>Emei-Methode, 2. Sequenz, Einführung</b> Sandra Willeboordse In Kooperation mit der VHS Heidelberg Anmeldung und weitere Informationen: <a href="mailto:gulden@hag-hd.de">gulden@hag-hd.de</a> , <a href="http://www.hag-hd.de">www.hag-hd.de</a>	<b>019</b> Heidelberg
11.-13.4.	M1	<b>Chinesische Medizin, 1. Teil, Einführung</b> Elisabeth Friedrichs In Kooperation mit der VHS Heidelberg Anmeldung und weitere Informationen: <a href="mailto:gulden@hag-hd.de">gulden@hag-hd.de</a> , <a href="http://www.hag-hd.de">www.hag-hd.de</a>	<b>027</b> Heidelberg
17.-20.4.	T7	<b>Spiel der 5 Tiere, Vertiefung-Weiterbildung</b> N.N.	<b>020</b> Drübeck
26.-27.4.	T3	<b>Spiel der 5 Tiere, Spiel des Affen, Einführung</b> Gerhard, Berger	<b>021</b> Bonn
26.-27.4.	B1	<b>8 Brokate, 1. Teil Einführung</b> Lang, Hanne-Doris	<b>806</b> Oldenburg
<b>Mai</b>			
9.-11.5.	B3	<b>8 Brokatübungen, Wiederholung</b> Gerhard Berger	<b>022</b> Köln
9.-11.5.	GD	<b>Wuxing Yangsheng Gong, Yangsheng Übungen entsprechend den fünf Wandlungsphasen</b> Einführung und Wiederholung in die 3. Sequenz Li Hechun, Abt In Kooperation mit der SMS München Anmeldung und weitere Informationen: <a href="mailto:a.gruell@tcm.edu">a.gruell@tcm.edu</a> , <a href="http://www.tcm.edu">www.tcm.edu</a>	<b>329</b> ONLINE
10.5.	MÜ	<b>Übungstag zur Chinesischen Medizin Übungstag zur Auffrischung</b> Elisabeth Friedrichs	<b>023</b> Augsburg

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

16.-18.5.	LS	<b>Das Lehrsystem Qigong Yangsheng - Übungen aus den Methoden des Systems im Kontext chinesischer Kultur</b> Gisela Hildenbrand	<b>025</b> Künzell / Fulda
23.-25.5.	T4	<b>Spiel der 5 Tiere, Bär und Kranich, Wiederholung</b> Barbara Majowski	<b>026</b> Bonn
24.-25.5.	B2	<b>8 Brokatübungen, 2. Teil, Einführung</b> Doris Palm	<b>807</b> Oldenburg
<b>Juni</b>			
7.6.	Erfa	<b>Erfahrungsaustausch</b> Irmela Schubert	<b>203</b> Schneverdingen
14.6.	Erfa	<b>Erfahrungsaustausch</b> Klaus Wersche	<b>204</b> Frankfurt
14.-15.6.	T1	<b>Spiel der 5 Tiere</b> Bär und Kranich, Einführung Gerhard Berger	<b>028</b> Lübeck
15.-18.6.	Q3	<b>Fuqi yangsheng fa "Aufnahme von Qi" Wiederholung</b> Franziska Gisin	<b>029</b> Holzkirchen
27.-29.6.	F3	<b>15 Ausdrucksformen</b> Wiederholung Claudia Confal In Kooperation mit der VHS Heidelberg Anmeldung und weitere Informationen: <a href="mailto:gulden@hag-hd.de">gulden@hag-hd.de</a> , <a href="http://www.hag-hd.de">www.hag-hd.de</a>	<b>030</b> Heidelberg
27.-29.6.	Erfa	<b>Erfahrungsaustausch - "Qigong Yangsheng in sich verändernden Zeiten"</b> Miriam Tusch-Harke	<b>205</b> Künzell / Fulda
<b>Juli</b>			
3.-6.7.	Y1	<b>Youfagong - Methode der Induzierten Bewegung, Einführung</b> Franziska Gisin, Gisela Hildenbrand	<b>031</b> St. Ottilien
4.-6.7.	T5	<b>Spiel der 5 Tiere Tiger, Hirsch und Affe, Wiederholung</b> Ingrid Reuther	<b>032</b> Bonn
5.-6.7.	Q1	<b>Fuqi yangsheng fa, "Aufnahme von Qi zur Kultivierung der Lebenskraft" 1. Sequenz</b> Irmela Schubert	<b>018</b> Weimar
10.-13.7.	EQLÜ	<b>Übungstage zur Emei-Methode, zu Fuqi yangsheng fa und zur 6-Laute Methode</b> Gerhard Berger	<b>033</b> Drübeck
19.-20.7.	F2	<b>15 Ausdrucksformen 2. Teil, Einführung</b> Micheline Schwarze	<b>034</b> München
19.-20.7.	L1	<b>6-Laute-Methode, Einführung</b> Ingrid Reuther	<b>035</b> Bonn
25.-27.7.	B3	<b>8 Brokatübungen, Wiederholung</b> Irmela Schubert	<b>036</b> Schneverdingen

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

## August

1.-4.8.	Fb	<b>Psychische Stabilisierung und Ressourcenaktivierung - Wirkfaktoren des Qigong</b>	<b>305</b>
		Claus Fischer, Micheline Schwarze	Bernried
14.-17.8.	FB	<b>Töne, Klänge, Sprache - ihre Bedeutung im Qigong Yangsheng mit Übungen aus den Methoden: 6 -Laute, Emei, Fuqi yangsheng fa</b>	<b>306</b>
		Gisela Hildenbrand	St. Ottilien
21.-24.8.	FB	<b>Summer School</b>	<b>307</b>
			Knüllwald-Niederbeisheim
23.-27.8.	B4	<b>8 Brokate, Vertiefung</b>	<b>048</b>
		Martha Bank	Köln
23.-24.8.	BQÜ	<b>Übungstage zu den 8 Brokatübungen und zu Fuqi yangsheng fa "Aufnahme von Qi" zur Kultivierung der Lebenskraft</b>	<b>050</b>
		Irmela Schubert	Weimar
28.-31.8.	A1	<b>Aufbaukurs 1</b>	<b>037</b>
		Sandra Willeboordse	Frankfurt
29.-31.8.	E3	<b>Emei-Methode, Wiederholung</b>	<b>038</b>
		Franziska Gisin	Basel

## September

4.-7.9.	GD	<b>Wuxing Yangsheng Gong, Yangsheng Übungen entsprechend den fünf Wandlungsphasen</b>	<b>330</b>
		Einführung und Wiederholung der 1. Sequenz des Wuxing Yangsheng Gong	
		Li Hechun, Abt	St. Ottilien
5.-7.9.	F5	<b>15 Ausdrucksformen Vertiefung - Weiterbildung</b>	<b>039</b>
		Martha Bank	Köln
12.-14.9.	GD	<b>Wuxing Yangsheng Gong, Yangsheng Übungen entsprechend den fünf Wandlungsphasen</b>	<b>331</b>
		Einführung und Wiederholung der 2. Sequenz des Wuxing Yangsheng Gong	
		Li Hechun, Abt	Bonn
12.-15.9.	B5	<b>8 Brokatübungen, Vertiefung-Weiterbildung</b>	<b>040</b>
		Micheline Schwarze	Bernried am Starnberger See
13.9.	FÜ	<b>15 Ausdrucksformen / Übungstag</b>	<b>041</b>
		Franziska Gisin	Basel
18.-21.9.	GD	<b>Wuxing Yangsheng Gong, Yangsheng Übungen entsprechend den fünf Wandlungsphasen</b>	<b>332</b>
		Einführung und Wiederholung der 3. Sequenz des Wuxing Yangsheng Gong	
		Li Hechun, Abt	Kall - Steinfeld
19.-21.9.	FB	<b>Qigong im Alter</b>	<b>308</b>
		Elisabeth Friedrichs	Irsee
		In Kooperation mit der Schwabenakademie Irsee	
		Anmeldung und weitere Informationen	
		<a href="mailto:buero@schwabenakademie.de">buero@schwabenakademie.de</a> ,	
		<a href="http://www.schwabenakademie.de">www.schwabenakademie.de</a> .	
20.-21.9.	P2	<b>Stehen-wie-ein Pfahl, Wiederholung</b>	<b>047</b>
		Edeltraud Rohmoser	Heidelberg
		In Kooperation mit der VHS Heidelberg	
		Anmeldung und weitere Informationen:	
		<a href="mailto:gulden@hag-hd.de">gulden@hag-hd.de</a> , <a href="http://www.hag-hd.de">www.hag-hd.de</a>	

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

26.-28.9.	BFTÜ	<b>Übungstage für die 8 Brokatübungen, die 15 Ausdrucksformen und für das Spiel der 5 Tiere</b>	<b>042</b>
		Sandra Willeboordse	Künzell/Fulda
26.-30.9.	B4	<b>8 Brokatübungen, Vertiefung</b>	<b>810</b>
		Doris Palm	Oldenburg
27.-28.9.	E1	<b>Emei-Methode, 1. Sequenz, Einführung</b>	<b>043</b>
		Gerhard Berger	Lübeck
28.9.-1.10.	F3	<b>Die 15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong Wiederholung</b>	<b>044</b>
		Katrin Arnold	Holzkirchen

## Oktober

1.-5.10.	T6	<b>Spiel der 5 Tiere, Vertiefung</b>	<b>045</b>
		Franziska Gisin	Bonn
10.-12.10.	M2	<b>Chinesische Medizin, 2. Teil</b>	<b>046</b>
		Sandra Willeboordse	Heidelberg
		In Kooperation mit der VHS Heidelberg	
		Anmeldung und weitere Informationen:	
		<a href="mailto:gulden@hag-hd.de">gulden@hag-hd.de</a> , <a href="http://www.hag-hd.de">www.hag-hd.de</a>	
10.-12.10.	GD	<b>Neiyanggong - das Innen nährendes Qigong</b>	<b>324</b>
		Ausgewählte Übungen aus dem Neiyang Gong – Frauen-Qigong (Nüzi Qigong)	
		Liu Yafei	ONLINE
18.-19.10.	T1	<b>Spiel der 5 Tiere Bär und Kranich, Einführung</b>	<b>811</b>
		Irmela Schubert	Oldenburg
24.-26.10.	Q3	<b>Fuqi yangsheng fa "Aufnahme von Qi" Wiederholung</b>	<b>049</b>
		Ulrike Kühn	Basel
25.-28.10.	A2	<b>Aufbaukurs 2</b>	<b>058</b>
		Elisabeth Friedrichs, Rainer Kurschildgen	Heidelberg
		In Kooperation mit der VHS Heidelberg	
		Anmeldung und weitere Informationen:	
		<a href="mailto:gulden@hag-hd.de">gulden@hag-hd.de</a> , <a href="http://www.hag-hd.de">www.hag-hd.de</a>	

## November

1.11.	TÜ	<b>Spiel der 5 Tiere / Übungstag</b>	<b>051</b>
		Ulrike Kühn	Basel
8.-9.11.	Erfa	<b>Erfahrungsaustausch</b>	<b>206</b>
		Franz Otto	Bonn
14.-16.11.	Y1	<b>Youfagong - Methode der Induzierten Bewegung, Einführung</b>	<b>052</b>
		Gisela Hildenbrand, Irmela Schubert	Schneverdingen
15.-19.11.	F4	<b>15 Ausdrucksformen, Vertiefung</b>	<b>053</b>
		Ulrike Kühn	Heidelberg
		In Kooperation mit der VHS Heidelberg	
		Anmeldung und weitere Informationen:	
		<a href="mailto:gulden@hag-hd.de">gulden@hag-hd.de</a> , <a href="http://www.hag-hd.de">www.hag-hd.de</a>	
22.-23.11.	Q2	<b>Fuqi yangsheng fa "Aufnahme von Qi" 2. Sequenz, Einführung</b>	<b>054</b>
		Ulrike Kühn	Essen

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

28.-30.11.	GD	<b>Neiyanggong - das Innen nährende Qigong</b>	<b>325</b>
		I. Sequenz „yi jin xing qi fa“ der bewegten Formen der Mittelstufe, (Übungen 1-12), Für Wiederholer*innen	
		Zhang Qingyun	Bad Neuenahr-Ahrweiler
29.11.	Erfa	<b>Erfahrungsaustausch</b>	<b>207</b>
		Götz Schirra	Heidelberg
29.-30.11.	T2	<b>Spiel der 5 Tiere</b>	<b>812</b>
		<b>Tiger, Hirsch, Einführung</b>	
		Petra Maierhöfer	Oldenburg

## Dezember

3.-7.12.	S1	<b>Abschlussseminar der Grundausbildung</b>	<b>055</b>
		Gisela Hildenbrand, Sandra Willeboordse	Bonn
6.-7.12	L2	<b>6-Laute-Methode, Wiederholung</b>	<b>056</b>
		Elisabeth Friedrichs	Augsburg
12.-14.12.	Y3	<b>Youfagong - Methode der Induzierten Bewegung, Wiederholung</b>	<b>057</b>
		Gisela Hildenbrand, Sandra Willeboordse	Frankfurt

## Anmeldung

(sofern nicht anders angegeben) per E-Mail an unser Kursbüro:

[info@qigong-yangsheng.de](mailto:info@qigong-yangsheng.de) oder über die **Homepage:**

[www.qigong-yangsheng.de](http://www.qigong-yangsheng.de) durch Klick auf den Veranstaltungstitel, oder per Brief oder Fax.

**Bestätigung:** erhalten Sie per E-Mail bzw. Post

**Rücktritt:** Bei jeder Ab- und Ummeldung eines Kurses werden 25,00 EUR Stornogebühren berechnet, unabhängig von Grund und Anlass.

Bei Kursen in Tagungshäusern sind ggf. Stornogebühren für gebuchte Übernachtungen/Verpflegung zu zahlen. –

Bei Abmeldungen für Kurse beim Benediktushof in Holzkirchen sind die Abmeldegebühren nur an den Benediktushof zu zahlen.

**Die Abmeldung von gebuchten Kursen ist nur schriftlich möglich!**

**Hinweis:**

Die Medizinische Gesellschaft behält sich vor, einen Kurs bei einer zu geringen Teilnehmeranzahl abzusagen. Änderungen der Kursleitung vorbehalten.

## Kurszeiten

Falls nicht anders angegeben:

1. Tag: 9:00-12:30 Uhr und 15:00-18:30 Uhr  
bei 3- und 4-Tageskursen: 2. und 3. Kurstag: 9:00-12:00 Uhr und 15:00-18:00 Uhr  
letzter Kurstag: 9:00-13:00 Uhr  
5-Tageskurse: 1.-4. Tag: 9:00-12:00 Uhr und 15:00-18:00 Uhr  
letzter Kurstag: 9:00-13:00 Uhr  
Übungstage: 9:00-12:00 Uhr, 14:00-17:00 Uhr

Vorträge (Vo) sind in der Regel Abendveranstaltungen von ca. 1 h.  
Konzerte (Kq) sind in der Regel Abendveranstaltungen von ca. 2 h.

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

## Kursgebühren

**1-Tageskurse** : Übungstage: BÜ, TÜ, MÜ, FÜ Fortbildungskurse: 115 € (Mitglieder: 110 €)

**2-Tageskurse** : Übungstage: TLÜ, ERÜ, BQÜ, F1, F2, B1, B2, T1, T2, T3, R1, R2, L1, L2, P1, P2, P3, E1, E2, Q1, Q2, Fortbildungskurse: 210 € (Mitglieder: 190 €)

**3-Tageskurse** : Übungstage: EQLÜ, F3, F5, B3, B5, T4, T5, T7, E3, Ls, M1, M2, Q1, Q3, Y1, Y2, Y3, Fortbildungskurse: 315 € (Mitglieder: 285 €)

**3-Tageskurse** : für Präsenzkurse mit chinesischen Gastdozentinnen und Gastdozenten: 405 € (Mitglieder: 375 €)

**4-Tageskurse** : A1, A2: 420 € (Mitglieder: 380 €)

**5-Tageskurse** : F4, B4, T6, S1: 525 € (Mitglieder: 475 €)

Der Erfahrungsaustausch (Er) und derzeit auch die Vorträge sind gebührenfrei. Wir freuen uns über Spenden.

Bitte überweisen Sie die Kursgebühr nach Erhalt der Anmeldebestätigung, spätestens 2 Wochen vor Kursbeginn, unter Angabe von **Kursnummer**, Name und Vorname des Teilnehmenden auf **folgendes Konto:**

Medizinische Gesellschaft für Qigong Yangsheng e.V.

Postbank, IBAN DE96 3701 0050 0417 9805 09

BIC PBNKDEFFXXX

Änderungen vorbehalten

Folgen Sie uns auch auf Facebook und Instagram.

