

Qi Gong - Kurs zur Aktivierung Ihrer Lebensenergie

Der Geist heilt den Körper - Konzentration bringt Entspannung - Veränderung beginnt im Inneren.

Körperliche und mentale Disharmonien, welche sich in Symptomen, Diagnosen und Lebensumständen zeigen können, sind nicht selten auf ein niedriges oder disharmonisches Energieniveau zurückzuführen. Qi ist Lebensenergie und deren Qualität zeigt sich in Ihrem täglichen Leben. Sprudelt sie aus Ihnen heraus, wie aus einem Springbrunnen oder tropft sie eher wie aus einem halbgeöffneten Wasserhahn?

Mit diesem Kurs aktivieren Sie nachhaltig Ihre Lebensenergie, was sich unmittelbar auf Ihren Körper, Ihre Gefühle, Ihren Alltag und Ihr Umfeld sehr positiv und regulierend auswirkt. Das Zusammenspiel von Kopf, Herz und Bauch wird gestärkt und Sie kommen in Ihre Kraft, schaffen sich bewusst einen Ort an dem Sie wichtige Energie speichern und nutzen können.

Kursthema:

Ich fühle, aktiviere und lenke mein Qi zur Regulation, Stärkung, Aktivierung und Speicherung lebensbejahender, gesunder Energie.

Auszug aus dem Programm:

Hintergründe und Informationen

Meditation - praktische Anwendung im Alltag

Atmung - mehr als Luft

Erlernen der Gesundheitsübungen (tägl. Übungszeit zwischen 15 und 30 Minuten)

Energielevelüberprüfung vor, während und nach dem Kurs

Kursunterlagen

1 kostenfreier Anschlusstermin zur Festigung und Reflektion

Buchung

Kurs über 4 Einheiten à 2 Stunden und 1 kostenfreie Festigungseinheit à 45 Minuten

Festnetz 0341 - 96 25 97 98

Handy 0176 84 12 15 96

per Mail Stephanie.Herz@gmx.de



Praxis Dr. Anita Wieser

Allgemeinmedizin · Akupunktur · Naturheilverfahren