

# Qi Gong & Shiatsu

Auszeit zum Auftanken 1. - 4. November 2017



## Ein Seminar mit Übungen aus dem Qi Gong und Shiatsu

Wir nehmen uns einige Tage Auszeit vom hektischen Treiben des Alltags und haben Gelegenheit zu entschleunigen, Kraft zu schöpfen und unsere Mitte zu stärken. Wohltuende Übungen aus dem Qi Gong und Shiatsu unterstützen uns in diesem Prozess der inneren Einkehr. Eine gemeinsame Reise zum Wesen der Dinge – getragen von der Kraft der Gruppe und genährt durch achtsame Übungen, Berührung und Begegnung. Das Seminar richtet sich an Anfänger und Fortgeschrittene jeden Alters, die den Wunsch haben ihr/das Leben zu pflegen.

Die Wochenenden führen uns durch die 5 Wandlungsphasen der chinesischen Medizin und geben einen Einblick in das heilsame Potenzial dieser jahrtausendealten Schätze der fern-östlichen Heilkunde. Sie bauen inhaltlich aufeinander auf, können jedoch auch einzeln besucht werden.

1. - 4. November 2017

Qi Gong & Shiatsu Auszeit Teil I

im Maria Ward Haus, Altenmünster

**Seminarort:** Umgeben von viel Natur, Wiesen und Äckern am Ortsrand von Altenmünster, inmitten des Naturparks "Westliche Wälder" liegt das Maria Ward Haus – ein Ort der Begegnung und des Heilwerdens. Ein großer Garten, am kleinen Flüsschen Zusammen gelegen, lädt zum Verweilen und Seele baumeln lassen ein. Abends können wir am Lagerfeuer den Tag gemütlich ausklingen lassen.

**Kursbeitrag:** 240 € (für Frühbucher 210 € bei Anmeldung bis 15.07.2017 €) **Anmeldefrist: 1.9.2017**  
mind. 5 max 16 TeilnehmerInnen, insgesamt 16 Unterrichtseinheiten, inkl. Unterlagen.  
**Verbindliche schriftliche Anmeldung erbeten online auf [www.daowege.de](http://www.daowege.de).**

Nachzügler sind herzlich willkommen solange es freie Plätze und Betten gibt. Bitte denkt daran: Damit der Kurs überhaupt stattfinden kann, sollten sich interessierte frühzeitig anmelden. Danke.

**Unterkunft und biologisch vollwertige Verpflegung:** (Frühstück, Mittag- & Abendessen):

Die Buchung der Unterbringung erfolgt nicht über uns, sondern direkt im Seminarhaus. Bitte erst **nach** Erhalt der Teilnahmebestätigung das Zimmer buchen. Danke. Einzelzimmer 177 €, Doppelzimmer 162 €, Dreibettzimmer 147 €, Matratzenlager 129 € p. P. für das komplette Seminar



**Kursleitung:** Beatrix Kobald & Feryal Genç

Beatrix ist seit 2003 zertifizierte ShiatsuPraktikerin Iokai Académie® d'Europe und seit 2004 Assistentin von Ausbildungskursen in Ulm und Herrenberg.

Feryal arbeitet in eigener Praxis als Heilpraktikerin mit den Schwerpunkten chinesische Medizin & klassische Homöopathie. Sie leitet zudem Qi Gong-Kurse und Seminare im Süden Deutschlands.



Beide besuchen regelmäßig Fortbildungen bei Iokai-Meridian Shiatsu® und sind inspiriert von Kazunori Sasaki, dem Begründer von Iokai Shiatsu.

## “Das Herz des Shiatsu ist wie das Herz einer Mutter.”

### Seminarablauf / Änderung vorbehalten

<b>Mittwoch</b> <b>01.11.17</b>	12.00 - 12:45	Anreise und Ankommen
	13.00	Kennenlernen, gemeinsames Mittagessen
	15.00 – 18.00	Qi Gong & Shiatsu
	18.00	Abendessen
	19.30 – 20.30	Qi Gong
<b>Donnerstag/Freitag</b> <b>02. &amp; 03.11.17</b>	08:00 – 09:00	Qi Gong & Do In
	09:00	Frühstück und Pause
	10.45 – 12.45	Qi Gong & Shiatsu
	13:00	Mittagessen und Pause
	15:30 – 18.00	Qi Gong & Shiatsu
	18:00	Abendessen
	19.30 – 20:30	Qi Gong
<b>Samstag</b> <b>04.11.17</b>	08:00 – 09:00	Qi Gong & Do In
	09:00	Frühstück und Pause, Zimmer räumen
	10:30 – 11.00	gemeinsame Abschlussrunde

### Organisatorisches

#### \* Qi Gong

Qi Gong werden wir so viel wie möglich im Freien üben. Bitte feste bequeme Schuhe für draußen mitbringen.

#### \* Shiatsu

Shiatsu wird traditionell am Boden auf einer bequemen Matte oder einem Futon ausgeübt.

#### \* Bitte mitbringen

Bitte zur Auszeit (sofern vorhanden) eine Matte, Decke, kleines Kissen oder Sitzkissen mitbringen.  
Bequeme Kleidung und warme Socken fürs Wohlfühl. Hausschuhe sind empfehlenswert.

#### \* Vorkenntnisse

sind keine erforderlich.

#### \* Zimmerbuchung Maria Ward Haus

**Bitte buchen Sie Ihr Zimmer erst nach Erhalt der schriftlichen Teilnahmebestätigung unter**

E-Mail: [maria-ward-haus@web.de](mailto:maria-ward-haus@web.de)

Telefon: 08295 3350058

Bitte "Auszeit Qi Gong & Shiatsu" angeben.

homepage: [www.maria-ward-haus.de](http://www.maria-ward-haus.de)

Erfahrungsgemäß sind Einzelzimmer sehr schnell vergeben. Evt. können Doppelzimmer gegen Aufpreis als Einzelzimmer gebucht werden. Bitte klären Sie das direkt mit der Inhaberin Beate Janisch. Bei mehr TeilnehmerInnen wir Zimmern wäre es wunderbar, wenn einige bereit wären ein Doppelzimmer zu teilen. Die Bereitschaft bzw. den Wunsch bitte bei der Reservierung Beate mitteilen. Danke.

#### \* Anmeldung

**Bitte bis spätestens 01. September 2017 schriftlich per Olineformular auf [www.daowege.de/anmelden/](http://www.daowege.de/anmelden/)**

Praxis für ganzheitliche Medizin

Heilpraktikerin Feryal Genç

Mergenthauer Weg 12

86316 Friedberg

E-Mail: [info@daowege.de](mailto:info@daowege.de)

**mehr Info auf [www.daowege.de](http://www.daowege.de)**

Telefon: 0821 20 966 874