

Liebe Freunde

Ich freue mich sehr, ein weiteres **Qi-Gong-Seminar** in Lieferath anzubieten!

Als Fortführung unserer gemeinsamen Praxis widmen wir uns dieses Mal den ruhigen, meditativen und heilenden Formen des Qi Gong. Das Seminar eignet sich sowohl für Erfahrene als auch für Neueinsteiger.

Wann: Samstag, 07.11.2026, und Sonntag, 08.11.2026

Zeiten: Jeweils zwei drei-stündige Übungseinheiten pro Tag

Kosten: 5 bis 60 Euro pro Einheit (2 Sa, 2 So)
(Beitrag nach Selbsteinschätzung)

Anmeldung bis 30.10. oder Fragen: christian.syrbe@gmx.de



Wir widmen uns drei wesentlichen Schwerpunkten:

- Die Basis bilden einfache Übungen aus den 18 Lohan-Händen.
Wir nutzen sie, um unsere Lebensenergie (Qi) zu sammeln, zu harmonisieren und in einen natürlichen Fluss zu bringen. Daraus dürfen sanfte, unwillkürliche Bewegungen entstehen, die den Organismus tiefgreifend reinigen, regenerieren und kräftigen.
- Von dieser Basis aus erforschen wir Praktiken, die die Heilung bei uns selbst, bei anderen und in unserer Umwelt unterstützen können.
- „Wenn du zu den Tiefen des Qi Gong vordringen willst, musst du Meditation praktizieren.“ Diesem Rat meines Lehrers folgend, nutzen wir die Meditation als Tor zu den stilleren, innerlich heilsamen Ebenen des Qi Gong.

Ob als Wiedereinsteiger, Neuling oder als wunderbare Ergänzung zu Körperarbeit, Yoga und Meditation – du bist herzlich willkommen.

Ich freue mich darauf, diesen Weg der Stille, Heilung und inneren Ausrichtung gemeinsam mit euch zu vertiefen!

Christian