



ShenJing-Qigong
LEHRINSTITUT BECK HANNOVER

Qigong-Woche

mit

Ernst-Michael Beck, Hannover

Leiter des ShenJing-Qigong-Instituts

Kursort:

Denkhaus Loccum e.V.
31547 Rehburg-Loccum

Frühling 2025

03.-10. Mai 2025

Gesundheitsförderung durch Resilienz und Körperbewusstsein

Kursinhalt

Die 15 Ausdrucksformen - Vertiefung

Wir werden die 15 Ausdrucksformen mit der Anwendung von spiraligen Kräften und Spannungsbögen weiter ausgestalten und so die Verbindung von Shen, Jing und Qi intensivieren. Im Stand und in der freien Bewegung kann so der Charakter der verschiedenen Formen durch eine Anwendung von spiraligen Kräften und den Spannungsbögen bei der Kraftumsetzung weiter ausgebaut werden – hier nähert man sich der Anwendung von Youfagong auf festgelegte Formen, welche im freien Spiel eine neue Wahrnehmung erfahren.

Dantian und Chakra

Hier bearbeiten wir die energetischen Zentren unseres Körpers, um dort das Qi zu erzeugen und zu speichern - um so Körper, Geist und Seele die Energie zur Verfügung zu stellen, die für das tägliche Leben benötigt wird. Der Körper hat verschiedene energetische Zentren, welche untereinander verbunden sind und sowohl für das Fließen der Energie als auch für die Speicherung zuständig sind. In Indien und China war das Wissen über die Energie und ihre Wege in Körper und Geist über lange Zeiten ein Thema der Betrachtung und Übung.

Kursort Denkhäus Loccum e.V.
Hormannshausen 6-8,
31547 Rehburg-Loccum

Kurszeit Sonntag – Freitag
9-12 Uhr / 15-18 Uhr / 20.30-21.30 Uhr

Samstag (Abreisetag)
9-12 Uhr

Anreise Am Samstagabend (Abendessen 18.15 Uhr)
oder am Sonntagmorgen direkt zum Kurs.

Anreise per Bahn bis nach Wunstorf,
Neustadt am Rübenberge, Stadthagen
oder Nienburg (Weser) möglich.

Taxitransfer nach Loccum zum Sonderpreis
von 9.50 € pro Person und Weg.

Bitte Ankunftszeit/-ort vorgängig dem
Sekretariat melden.

Kurskosten: 660 Euro

Frühbucherrabatt: Ermässigung von 40 Euro
auf die Kurskosten bei Überweisung bis zum
15.02.2025.

**Unterkunfts-
kosten:** pro Woche mit Vollpension im Einzelzimmer:

Anreise	Samstag	Sonntag
EZ mit Du/WC:	598 €	525 €
EZ Etagedusche/-WC:	479 €	423 €

Kontakt Verbindliche Anmeldung an:
Sekretariat ShenJing-Qigong-Institut,
Urs Zimmerli
E-Mail: sekretariat@shenjing-qigong.de
Tel: 0041 (0)76 327 93 96

Zahlung Unterkunftskosten, sowie allfällige Taxikosten
(19 Euro für Hin-/Retourfahrt) sind direkt im
Seminarhaus zu begleichen

Kursgeld bitte mit der Anmeldung
per Banküberweisung an:

Überweisungen aus Deutschland:
IBAN: DE53 1203 0000 1052 4907 92
BIC: BYLADEM1001

Urs Zimmerli, Balsigerrain 10,
CH-3095 Spiegel bei Bern, Schweiz

Überweisungen aus der Schweiz
(EURO-Konto):
IBAN: CH53 0840 1000 0545 2917 4
Konto-Nr.: 545.291.74

Urs Zimmerli, Balsigerrain 10, 3095 Spiegel
Migros Bank AG, 8010 Zürich-Mülligen

Beachten Annullierungsgebühren bei einer Absage
bis 15.01.2025 20 %, bis 15.02.2025 40 %,
ab 16.02.2025 60 % der Kurs- u. Unterkunfts-
kosten.

Tonaufnahmen und Videoaufnahmen sind nur
mit Genehmigung des Kursleiters erlaubt.
Teilnahme auf eigene Gefahr. Versicherung
ist Sache der Teilnehmenden.

Web ShenJing-Qigong-Institut,
Ernst-Michael Beck:
www.shenjing-qigong.de

Dao Qigong, Urs Zimmerli:
www.dao-qigong.ch

Unterkunft:
www.denkhaus-loccum.de

Anreise mit der Bahn:
www.bahn.de
(Tipp: Sparpreis-Tickets kommen 180 Tage vor dem
Reisedatum in den Verkauf)

Hinweis Der Kurs ist anrechenbar für die Weiter-
bildung des ShenJing-Qigong-Instituts
zum/r Qigong-Lehrer/in.

Als Vorbereitung auf diese Intensivwoche
werden für Einsteiger/innen einführende
Kurse in Hannover (Ernst-Michael Beck)
und Bern (Urs Zimmerli) angeboten.

Mitbringen Bitte eigenes Meditationskissen mitbringen
(Decken sind vorhanden)

