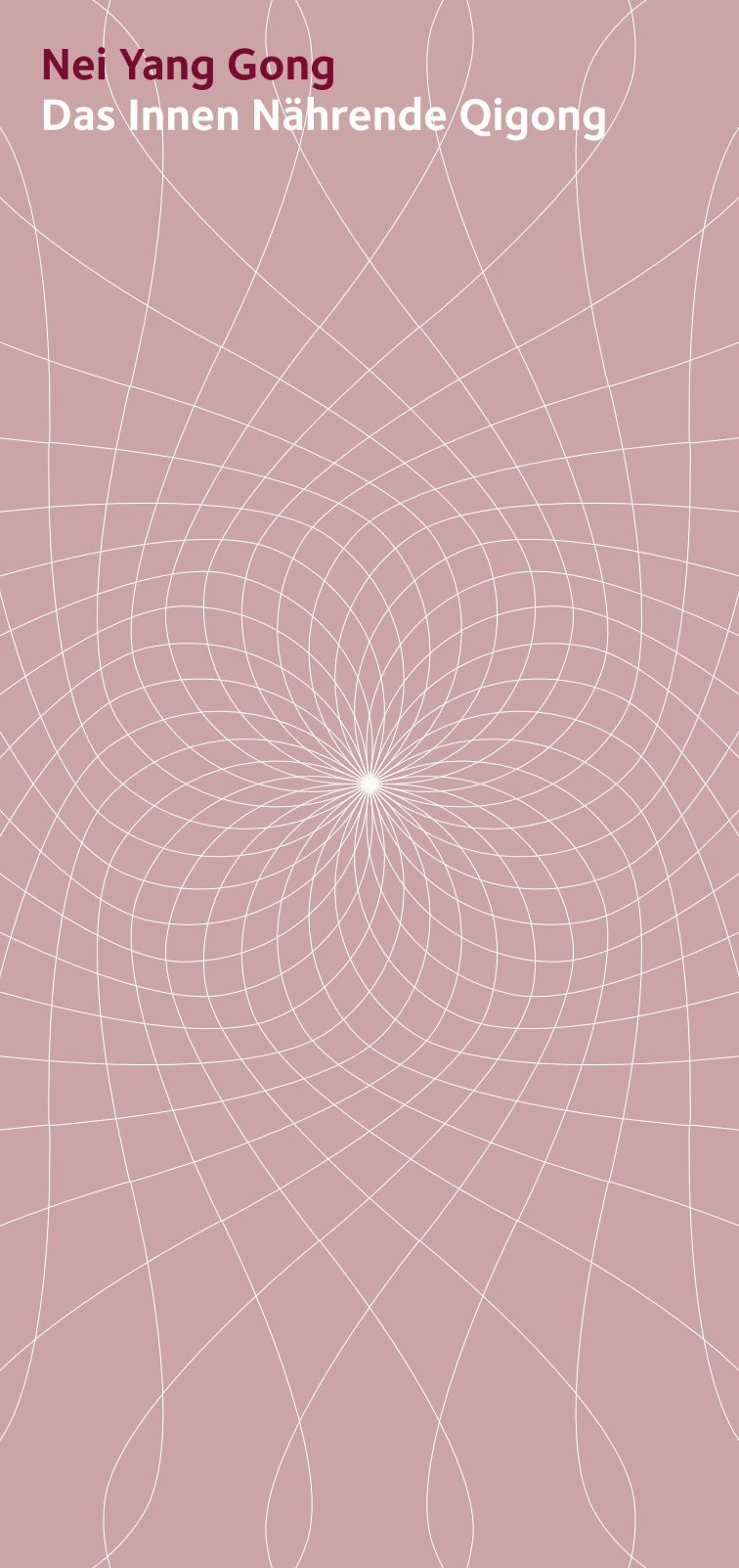


Nei Yang Gong

Das Innen Nährende Qigong



Nei Yang Gong

Mit den Übungen wird Beweglichkeit, Elastizität und Kraft aufgebaut und erhalten. Gleichermaßen wird die Atmung reguliert und die Funktion der Organe optimiert. Auf der mentalen Ebene vertieft das achtsame Üben die Wahrnehmung und steigert die Konzentrationsfähigkeit. Qigong wirkt emotional ausgleichend und stabilisierend.

Das Qi ist Grundlage aller materiellen und feinstofflichen Substanzen, die im Lebenden bewegt werden. „Gong“ bedeutet „tun“. Durch die Qi-bewegenden Übungen wird spürbar Energie verfügbar gemacht.

Das Nei Yang Gong ist eine Schule des Medizinischen Qigongs. Die vorbeugend und therapeutisch wirksamen Übungskonzepte werden in einer Gruppe oder einzeln erlernt. Sie können individuell zusammengestellt werden. Der Unterricht wird auch online angeboten. Die Übungen können sich Menschen jeden Alters und Kräftezustands, auch ohne Vorerfahrung, zueigen machen.

Kursinhalte

Bewegte Formen, Selbstmassagen, Stille Übungen, Nüzi Qigong für Frauen, Guolin-Gehen gegen Krebs.

Kursleitung

Christina Schenck ist Heilpraktikerin für Chinesische Medizin und Homöopathie. Die Lehrerlaubnis für alle Formen des Nei Yang Gong erlangte sie bei Meisterin Liu Yafei aus Beidaihe, China. Sie spricht Deutsch, Portugiesisch, Spanisch und Englisch.



MITGLIED DER AGTCM
www.agtcm.de

Kursinformationen

t 030 691 34 18 / 0163 196 40 77
kontakt@naturheilkunde-berlin.de
www.naturheilkunde-berlin.de



Qigong
Christina Schenck