Qi Gong – Wochenendseminare 2023
im Kloster Niederaltaich


---

Info und Anmeldung
(auch zu laufenden Kursen)

85,00 Euro
zzgl. Unterkunft, Verpflegung
0176 / 2 37 09 58 6
rainstan@alice-dsl.net
max. 17 Teilnehmer


Seit mehr als 35 Jahren praktiziere ich intensiv und kontinuierlich Qi Gong und Tai Chi Chuan.
Ich möchte Sie herzlich einladen, an einem wunderschönen Ort mit Qi Gong Ruhe und Entspannung zu finden.

Foto Abtei Niederaltaich: P. Johannes Hauck

Rainer Stanitzki
Dipl.-Sozialpäd. (FH), staatl. gepr. Ergotherapeut, Lehrer für Qi Gong, Tai Chi, Achtsamkeit u. Meditation
1.)
Winter – Wandlungsphase Wasser
Beginn: Samstag, **21.01.2023** um 11:00 Uhr
Ende: Sonntag, **22.01.2023** um 13:00 Uhr
Ort: Kloster Niederaltaich-Mauritiushof 1–94557 Niederalteich
Elementare Qi Gong-, Achtsamkeits- u. Entspannungsübungen
Schwerpunkt: Der fliegende Kranich
Gebühr: 85,- €  (zzgl. Unterkunft u. Verpflegung)

2.)
Frühling – Wandlungsphase Holz
Beginn: Samstag, **18.03.2023** um 11:00 Uhr
Ende: Sonntag, **19.03.2023** um 13:00 Uhr
Ort: Kloster Niederaltaich-Mauritiushof 1–94557 Niederalteich
Elementare Qi Gong-, Achtsamkeits- u. Entspannungsübungen
Schwerpunkt: Herz Qi Gong
Gebühr: 85,- €  (zzgl. Unterkunft u. Verpflegung)

3.)
Sommer – Wandlungsphase Feuer
Beginn: Samstag, **01.07.2023** um 11:00 Uhr
Ende: Sonntag, **02.07.2023** um 13:00 Uhr
Ort: Kloster Niederaltaich-Mauritiushof 1–94557 Niederalteich
Elementare Qi Gong-, Achtsamkeits- u. Entspannungsübungen
Schwerpunkt: Spiel der 5 Tiere (Bär-Tiger-Hirsch-Affe-Kranich)
Gebühr: 85,- €  (zzgl. Unterkunft u. Verpflegung)

4.)
Spätsommer – Wandlungsphase Erde
Beginn: Samstag, **23.09.2023** um 11:00 Uhr
Ende: Sonntag, **24.09.2023** um 13:00 Uhr
Ort: Kloster Niederaltaich-Mauritiushof 1–94557 Niederalteich
Elementare Qi Gong-, Achtsamkeits- u. Entspannungsübungen
Schwerpunkt: Der fliegende Kranich
Gebühr: 85,- €  (zzgl. Unterkunft u. Verpflegung)

5.)
Herbst – Wandlungsphase Metall
Beginn: Samstag, **11.11.2023** um 11:00 Uhr
Ende: Sonntag, **12.11.2023** um 13:00 Uhr
Ort: Kloster Niederaltaich-Mauritiushof 1–94557 Niederalteich
Elementare Qi Gong-, Achtsamkeits- u. Entspannungsübungen
Schwerpunkt: Herz Qi Gong
Gebühr: 85,- €  (zzgl. Unterkunft u. Verpflegung)

„Es ist aber gerade der Osten, der uns ein anderes, weiteres, tieferes und höheres Begreifen lehrt, nämlich das Begreifen durch das Leben.“

C.G. Jung