



ShenJing-Qigong
LEHRINSTITUT BECK HANNOVER

Qigong-Woche

mit
Ernst-Michael Beck, Hannover

Leiter des ShenJing-Qigong-Instituts

Kursort:

Evangelische Heimvolkshochschule Loccum

Herbst 2021

26.09. – 02.10.2021

Kursinhalt Emei

Die Emei-Übungen sind benannt nach einem heiligen Berg in China und wurden um 1200 das erste Mal erwähnt. Prof. Jiao hat ihre heilkräftige Wirkung erkannt und daher in das Übungssystem Qigong Yangsheng mit aufgenommen.

Die Besonderheit der Übungen sind die Verbindung von Pfahlübung „zhanzhuanggong“, der Ruheübung „jinggong“, der Übung in Bewegung „donggong“ und den Übungen zum Leiten und Dehnen „daoyin“.

Die gleichzeitige Anwendung der verschiedenen Schlüsseltechniken mag erst mal kompliziert erscheinen, erbringt dann aber einen stabilen Zuwachs an körperlicher Krafftülle und Stabilität sowie geistiger Beweglichkeit auf der Basis der inneren Ruhe.

Das Qi wird üppig und kann so alle Energiebahnen des Körpers versorgen und somit die Grundlage für die Gesundheit von Körper, Geist und Seele zur Verfügung stellen.

Kursort Evangelische Heimvolkshochschule Loccum,
Hormannshausen 6-8, 31547 Rehburg-Loccum

Kurszeit Sonntag - Samstag
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 Ankunftsort/-zeit
vorgängig dem Sekretariat melden.

Kontakt am Anreisetag bei Verspätungen:
Ernst-Michael Beck, Tel: 0049 160 9791 3266

Kosten **Kurskosten:** 600 Euro
Frühbucherrabatt: Ermässigung von 30 Euro auf
die Kurskosten bei Überweisung bis 15.7.2021.

Unterkunftskosten: pro Woche mit Vollpension im
Einzelzimmer:

| Anreise | Samstag | Sonntag |
|-------------------------|---------|---------|
| Zimmer mit Du/WC: | 480 € | 420 € |
| Zimmer Etagedusche/-WC: | 405 € | 357 € |

Hinweis Der Kurs ist anrechenbar für die Weiterbildung des
ShenJing-Qigong-Instituts zum/r Qigong-Lehrer/in.
Als Vorbereitung auf diese Intensivwoche werden
für Einsteigerinnen und Einsteiger einführende
Kurse in Hannover (Ernst-Michael Beck) und
Bern (Urs Zimmerli) angeboten.

Kontakt Verbindliche Anmeldung an:
Sekretariat ShenJing-Qigong-Institut,
Denise Citron
E-Mail: sekretariat@shenjing-qigong.de
Tel: 0041 (0)79 881 33 55

Bitte mit der Anmeldung Kurskosten und
Unterkunftskosten, sowie allfällige Taxikosten
(19 Euro für Hin-/Retourfahrt) überweisen.

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, Postfach, 8010 Zürich-Mülligen

Beachten Annullierungsgebühren bei einer Absage
bis 31.7.2021 20 %, bis 31.8.2021 40 %,
ab 1.9.2021 60 % der Kurs- u. Unterkunftskosten.
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.hvhs-loccum.de

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

Impressionen



Ev. Heimvolkshochschule Loccum



Parkanlage



Umgebung