



## Übersicht Grundausbildung Qigong-Kursleiter/in

### Stilles Qigong

▪ Stilles Qigong (S1)	2 Tage	12 Stunden
▪ Dantian und Chakra (S2)	2 Tage	12 Stunden
▪ Spannungsbögen (S3)	2 Tage	12 Stunden
▪ Spiralige Kräfte (S4)	2 Tage	12 Stunden
▪ Spannungsbögen und spiralige Kräfte, Vertiefung (S5)	7 Tage	45 Stunden

### Die 15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong

▪ Einführung 1. Teil (F1)	2 Tage	12 Stunden
▪ Einführung 2. Teil (F2)	2 Tage	12 Stunden
▪ Vertiefung (F3)	7 Tage	45 Stunden

### Die 8 Brokate

▪ Einführung 1. Teil (B1)	2 Tage	12 Stunden
▪ Einführung 2. Teil (B2)	2 Tage	12 Stunden
▪ Vertiefung (B3)	7 Tage	45 Stunden

### Das Spiel der 5 Tiere

▪ Bär und Kranich (T1)	2 Tage	12 Stunden
▪ Tiger und Hirsch (T2)	2 Tage	12 Stunden
▪ Affe (T3)	2 Tage	12 Stunden
▪ Vertiefung (T4)	7 Tage	45 Stunden

### Medizin

▪ Erfahrbare Anatomie (M1)	2 Tage	12 Stunden
▪ Grundlagen der TCM (M2)	7 Tage	45 Stunden

### Philosophie und Didaktik (P)

7 Tage 45 Stunden

Neben dem Besuch der Module gehört eine **regelmässige persönliche Übungspraxis** zur Ausbildung. Im letzten Ausbildungsjahr wird eine tägliche Praxis erwartet (6x pro Woche).

Die Grundausbildung dauert drei Jahre. Die Voraussetzungen für den Erhalt des Diploms sind:

- Nachweis der **414 Stunden** Grundausbildung
- 20 selbständig geleitete **Unterrichtsstunden** (dokumentiert)
- Zwei **Erfahrungsberichte** (2 bis 4 Seiten) und eine **Abschlussarbeit** (8 bis 12 Seiten), die 1 Monat vor dem letzten Modul des Ausbildungsgangs einzureichen ist.