



## Grundausbildung Aufbaustufen Praxiseinheiten

**Qi Gong** ist eine Jahrtausende alte chinesische Übungstechnik und Heilmethode. Sie ist unter anderem neben der Akupunktur ein wichtiger Bestandteil der **Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)**. Durch gezielte, ruhige Bewegungen wird der Energiefluss im Körper (das sogenannte „Qi“) angeregt und wieder in die richtigen Bahnen (die „Meridiane“) gelenkt.

Dadurch wird einerseits eine tiefe **Entspannung** und Beruhigung von Körper, Geist und Seele erreicht. Qi Gong dient jedoch auch zur **Gesunderhaltung** sowie zur **Vorbeugung** von Krankheiten. Im Rahmen einer **Therapie** kann diese Methode auch die **Körperheilung** unterstützen.

### Kursleitung

Gabriele Klein, Heilpraktikerin für TCM/ Akupunktur, Klassische Homöopathie und Naturheilverfahren

## Konzept und Aufbau

Für den **Grundkurs Stufe 1** sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. In den jeweiligen aufbauenden **Stufen 2 und 3** werden die Figuren der vorhergehenden Stufe vorausgesetzt und neue Figuren geübt. Zusammen bilden alle drei Stufen am Ende einen abgeschlossenen Formenkreis. Wer nicht alle Formen beherrschen möchte, kann zum Kennenlernen nur die erste Stufe besuchen und sich dann bei Bedarf entscheiden, weiter zu machen.

Um die bereits gelernten Figuren gemeinsam üben zu können und auch zur Vorbereitung für die jeweils nächsten Stufen biete ich Ihnen einzelne **Praxiseinheiten** an. Hierbei können Sie Ihre Fähigkeiten vertiefen und verbessern.

Damit Sie einen möglichst hohen Lernerfolg erzielen können, erfolgt eine intensive Ausbildung in einer kleinen Gruppe. So ist die Teilnehmerzahl in der Regel auf vier Teilnehmer je Kurs begrenzt.

## Veranstaltungsort

### Heilpraxis Gabriele Klein

Glockenbachpraxis  
Müllerstraße 41  
80469 München

(Nähe Sendlinger Tor, Haltestelle für die U-Bahn-Linien U1, U2, U3, U6, die Straßenbahn-Linien 16, 17, 18, 27 und für den StadtBus 152)

## Kontakt / Weitere Informationen

Wenn Sie Fragen haben und sich unverbindlich informieren möchten oder auch zur Anmeldung können Sie mich anrufen (Tel. 089-54 78 69 60), das Kontaktformular auf meiner Homepage nutzen oder mir einfach eine E-Mail schreiben ([info@heilpraxis-klein.de](mailto:info@heilpraxis-klein.de)).

## Sonstiges

Obwohl Qi Gong eine sehr sanfte Bewegungsform ist, kommt zu guter Letzt noch der rechtliche Hinweis, dass Sie an den Veranstaltungen auf eigene Gefahr teilnehmen und die Haftung für Personen- und Sachschäden wie üblich ausgeschlossen ist.