

Qigong-Urlaub

14. - 19. Mai 2016

Dieses Jahr findet der Qigong-Urlaub am Schliersee in einem großen Bauernhaus statt, ausgestattet mit mehreren Ess- und Wohnräumen, Einzel- und Doppelzimmern. „Für den Körper wohltuend, für den Geist erfrischend, das alles in angenehm heiterer Atmosphäre“.



Schliersee



Josefsthaler Wasserfälle



Blick von der Brecherspitze

Anreise Samstag ab 12 Uhr – Begrüßungsrunde um 15 Uhr, danach Qigong am Josefsthaler Wasserfall

Sonntag – Qigongwanderung um den Spitzingsee mit Qigong-Üben an stimmungsvollen Plätzen

Montag – Qigong am Schliersee und Vortrag im Studierzimmer

Dienstag – Freier Tag (z.B. Wasmeier Museum, Slyrs Museum, Monte Mare Schliersee etc.)

Mittwoch – für die Frühaufsteher: Qigong bei Sonnenaufgang auf der Speckalm (nur bei gutem Wetter)

Vortrag im Studierzimmer, Stilles Qigong, Meditation

Donnerstag – Qigong auf der Terrasse – Abreise Mittags

Jeder Teilnehmer erhält ein Arbeits-Skript und eine Beschreibung der Qigongübungen



Zur Anmeldung und bei Fragen bin ich per E-Mail und Telefon (75968434 oder 0170-5421452) gut erreichbar.

Wegen der begrenzten Teilnehmerzahl und dem Zimmerkontingent (maximal 14 Teilnehmer) bitte ich um baldige Anmeldung bzw. Interessensbekundung bis Ende März.

mit den besten Grüßen,

Susanne Deckert, www.susanne-deckert.de