



PUNKT BALANCE
Fitness- und Gesundheitsmanagement

Sören Philipzik (*Sportlehrer und Sporttherapeut*)
Anerkannter Qigong Lehrer & Ausbilder (DDQT & BVTQ)
Mobil 0177 / 5432 329
www.qigong-ist-leben.de soeren-qigong@outlook.de

Taiji Sommerwoche im Kloster 2022 (Taiji Grundlagentraining und Taiji Kurzform) Vom 28.8. – 2.9.22 im Kloster Heiligkreuztal

Auch als Qigong Übender ist es sehr wertvoll und bereichernd Taiji Erfahrung und Hintergründe der Inneren Kampfkunst zu erlangen. Perfekt dazu eignet sich Chan Si Gong – Die Kunst den Seidenfaden zu wickeln (Chan = Wickeln & Winden, Si = Seidenfaden, Gong = Üben um Fähigkeiten zu erlangen). Das „Seidenfaden wickeln“ verbindet äußere spiralförmige Bewegungen mit dem inneren Qi Fluss des Körpers. Dieses Qigong ist von hohem gesundheitlichem Wert und bildet die Grundlage zum Erlernen und Verstehen des Taijiquan. Der Übende lernt den Körper als Einheit aus der Mitte und koordiniert von den Füßen bis in die Finger zu bewegen. Durch regelmäßiges Üben entwickelt sich dadurch Chan Si Jing („Die Kraft des Seidenfadens“). Diese Basis Übungen verbinden wir zu einer sehr schönen, kraftvollen aber dennoch relativ einfachen Taiji Kurzform aus dem Chen Stil.

- ☉ SO, den 28.8. – FR den 2.9.22 Kosten: 360 € (für 35 h Unterricht)
Beginn 14 Uhr am Anreisetag und Ende mit dem Mittagessen am letzten Tag im Kloster Heiligkreuztal bei Riedlingen
- ☉ Anmeldung und Überweisung bis zum 1.8.22
Anerkannte Fortbildung für Qigong Übungsleiter / Kursleiter / Lehrer
(Sie erhalten eine Fortbildungsbescheinigung)
an Direktbank Frankfurt IBAN: DE71500105175401422189
- ☉ Zimmer im Kloster ab 56 € mit VP im DZ (EZ gegen Aufpreis möglich)
bitte selbst buchen: www.kloster-heiligkreuztal.de ; Tel. 07371931230

Dozent: Sören Philipzik

Sportlehrer, Sport- & TCM Therapeut, Qigong-Lehrer & Ausbilder

hat Sportwissenschaft und Freizeitpädagogik studiert. Er ist Sporttherapeut des Deutschen Verbandes für Gesundheitssport und Sporttherapie (DVGS), zertifizierter Qigong Ausbilder (DDQT & BVTQ). 30 Jahre Erfahrung in Qigong, Taiji und Inneren Kampfkünsten.

