



# **Qigong Ausbildung**

**zum/zur Qigong Kursleiter\*in Lizenz C (155h)**

**2023/24**

## Zielgruppe

Das Aufbaujahr richtet sich an alle, welche bereits die Qigong Übungsleiter\*innen Ausbildung über 150 h oder Gleichwertiges absolviert haben und Qigong auf einer tieferen Ebene erfahren und verstehen möchten. Die Grundlagen des Qigong wurden mindestens 1 Jahr lang gelernt und regelmäßig praktiziert. Neue Methoden und Übungen werden vermittelt und die stilübergreifenden Wirkungsprinzipien des Qigong erfahren. Bereits bekannte Übungen werden selbständig angeleitet und auf eine zielgruppenspezifische Anwendung vorbereitet.

Übergeordnetes Ziel der gesamten Ausbildung ist, die Teilnehmer\*innen zu befähigen, Qigong eigenständig und kompetent weiterzugeben. Basis dafür sind die erworbenen Grundlagen des Qigong in Theorie und Praxis. Es wird ein ausreichend großes Übungsgut für die Praxis erworben.

## Ziele des Aufbaujahres

- die Grundlagen des Qigong, welche im Basisjahr gelernt wurden, werden vertieft, erweitert und ergänzt
- weitere Methoden und Inhalte schaffen noch mehr Verständnis und eigene Erfahrung
- die Teilnahme professionalisiert im Durchführen von Qigong Kursen

## Voraussetzungen für die Teilnahme und Prüfungszulassung

- Abschluss der Qigong Übungsleiter\*innen Ausbildung über mindestens 1 Jahr und 150 h oder Gleichwertiges
- Bereitschaft zum regelmäßigen und selbständigen Üben
- aktive und regelmäßige Unterrichtsteilnahme
- Bereitschaft zu Lehrversuchen während der Ausbildung
- Führen eines Übungstagebuchs und Auswertung

## Themen des Aufbaujahres

- Übungsreihen: *Stilles* und *Bewegtes Qi Gong* in Theorie und Praxis; medizinisches Qigong
- Methodik und Didaktik des Unterrichtes (u.a. Lehrproben und Feedbackrunden)
- Qigong & Anatomie mit einem erfahrenen Physiotherapeuten
- Qigong in verschiedenen Einsatzgebieten (Prävention, Betriebe, Schulen, Senioren-Einrichtungen usw.)
- Qigong als Teil der Lebenspflege

## Abschluss und Zertifikat

Der Lehrgang muss regelmäßig besucht werden. Theoretische Kenntnisse und didaktische Fähigkeiten werden überprüft (praktische Lehrprobe und schriftliche Theorie-Prüfung). Es ist ein Übungstagebuch zu führen und am Ende auszuwerten, um den Entwicklungsprozess festzuhalten. Nach Möglichkeit werden regionale Lerngruppen zur Vertiefung gebildet. Der Abschluss ermöglicht die Zertifizierung als Qigong-Kursleiter/in Lizenz C bzw. D nach den Richtlinien der Bundesvereinigung für Taiji & Qigong (BVTQ).

### **Gliederung der Module in 2023/24**

1. Modul: 18. / 19. März 23 (15 h)

Einstieg ins Medizinische Qigong - Das Gesundheitsschützende Qigong

2. Modul: 06. / 07. Mai 23 (15 h)

Regulationsmethode Das Innen Nähren; 2. Teil Gesundheitsschützendes Qigong

3. Modul: 17. /18. Juni 23 (15h)

Chinesische Medizin im Gesundheitsschützenden Qigong

4. Modul: Sommerwoche vom 13. -18. August 23 im Kloster Heiligkreuztal (35h)

Qigong und Anatomie: Das Langlebigkeits - Qigong der Drachentorschule

5. Modul: 4. / 5. November 23 (15h)

Vertiefung und Anwendung des Langlebigkeits Qigong  
Einführung in Daoistische Meditation und Herzschiung

6. Modul: 9. / 10. Dezember 23 (15h)

Vom Lernen zum Lehren: Übungsprinzipien didaktisch vermitteln,  
Methodik der Vermittlung am gelernten Stoff

7. Modul: in 2024 (15h)

Erste Erfahrungen im Anleiten von Übungen  
Vorbereitung auf Lehrproben und Theoretische Prüfung

8. Modul: in 2024 (15h)

Wiederholung und Vertiefung des gelernten Stoffes und Methodik & Didaktik der  
Vermittlung; Möglichkeiten und Einsatzbereiche des Qigong,

9. Modul: in 2024 (15h)

Abschluss: Lehrproben und Theoretische Prüfung  
Ausblick, Perspektiven und Umsetzungshilfen

### **Handout**

Alle Teilnehmenden erhalten Seminarunterlagen zu den behandelten Themen. Eigene ergänzende Aufzeichnungen sind notwendig, nach jedem Modul müssen die Inhalte durch die Teilnehmenden aufgearbeitet und durch eigene Erfahrungen ergänzt werden (Führung eines Übungstagebuches und Erstellung eines Erfahrungsberichtes).

### **Ausbildungsleitung**

Die Ausbildung wird geleitet von Sören Philipzik  
Sportlehrer und Sporttherapeut, TCM Therapeut;  
Anerkannter Qi Gong Lehrer und Ausbilder (BVTQ & DDQT),  
30 Jahre Erfahrung in Taiji, Qigong und Inneren Kampfkünsten.  
15 Jahre Ausbildererfahrung.

### Kosten

Die hier ausgeschriebene Ausbildung zum/zur Qi Gong Kursleiter\*in Lizenz C nach BVTQ umfasst insgesamt 155 h und kostet 1800 € (zzgl. Kosten für die Klosterwoche).

Die Abrechnung erfolgt modulweise (200 € je Modul), alle Module müssen bezahlt werden. Der Betrag wird auch bei Nicht-Teilnahme/Fernbleiben fällig.

Fahrtkosten können einmal pro Modul mit der Volkshochschule abgerechnet werden.

Zusätzlich zu den Kurskosten können noch folgende Kosten auf Sie zu kommen:

- Kosten für Übernachtung und Verpflegung im Kloster
- Gebühr für Teilnahme an der *Erste Hilfe* Unterweisung
- Ergänzende zusätzliche Lehrmaterialien
- Unterkunft und Fahrtkosten

Sören Philipzik  
Sportlehrer und Sporttherapeut  
Qigong Lehrer & Ausbilder (DDQT & BVTQ)

Tel. 0177 5432 329  
[soeren-qigong@outlook.de](mailto:soeren-qigong@outlook.de)  
[www.qigong-ist-leben.de](http://www.qigong-ist-leben.de)



PUNKT BALANCE  
Fitness- und Gesundheitsmanagement

Markus Haas  
Leitung Gesundheitsbildung

Volkshochschulverband  
Baden-Württemberg e. V.  
Raiffeisenstraße 14  
70771 Leinfelden-Echterdingen  
Tel.: 0711 75900-40  
Fax: 0711 75900-41  
[haas@vhs-bw.de](mailto:haas@vhs-bw.de)  
[www.vhs-bw.de](http://www.vhs-bw.de)





Volkshochschulverband  
Baden-Württemberg  
Raiffeisenstr. 14  
70771 Leinfelden-Echterdingen  
Fax: (0711) 759 00 41

**Anmeldung zu Fortbildungsveranstaltungen 2023/24**  
**Bitte vollständig und in BLOCKSCHRIFT ausfüllen bzw. Zutreffendes ankreuzen!**

**Verbindliche Anmeldung zum/zur Übungsleiter\*in C der Qigong Kursleiter\*innenausbildung**

Nr.: Kurztitel: **213-315 Qigong Übungsleiter\*in C** Termin: **ab 18./19. März 2023**

Name

Vorname  männlich  weiblich

Straße/Nr.

PLZ  Ort

Tel. priv.  Tel. dienstl.

Fax

E-Mail:.....

Tätigkeit an der Volkshochschule in (bitte Ortsangabe): .....

als Kursleiter\*in mit Unterrichtsfach:.....

Datum: .....

Unterschrift: .....

**SEPA-Lastschriftmandat:**

Ich ermächtige den Volkshochschulverband Baden-Württemberg für alle von ihm durchgeführten Fortbildungen (Tagungen und Veranstaltungen) zu denen ich mich anmelde, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Volkshochschulverband Baden-Württemberg auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Hinweis: Der Widerspruch berührt nicht den Vertrag (Ihre Anmeldung), den Sie mit dem Verband geschlossen haben. Dieser bleibt auch bei einem evtl. Widerspruch weiterhin bestehen.

Name, Vorname (Kontoinhaber/in)

Straße, Nr.

PLZ  Ort

Bank (Name)  BIC

DE  IBAN

Nur falls Kontoinhaber/in abweichend vom Teilnehmer/von der Teilnehmerin: Dieses SEPA-Lastschriftmandat gilt für die Vereinbarung mit:

\_\_\_\_\_  
Name, Vorname der/des Teilnehmenden

Ort

Datum

Unterschrift des/der Kontoinhabenden