



PUNKT BALANCE  
Fitness- und Gesundheitsmanagement

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

## Drachen Seminare im Jahr des Holz Drachen 2024

„Weich wie Wasser und vital wie ein Drache“

Durch die Übungen des Wassers haben wir gelernt das Qi im Körper zu bewegen und den freien Energiefluss wiederherzustellen. „Die Geheimen Übungen des **Schlüsselzeichen Drache**“, erschließen uns nun durch innere wie äußere Imitation der Bewegungen des Drachen die Kultivierung unserer Inneren Drachenkräfte. Es geht es nicht darum neuen Übungen zu lernen, sondern wesentliche Prinzipien zu kultivieren. So harmonisiert jeder Drache ein Organ und kultiviert ein wesentlichen Aspekt des Menschen. Es sind sogenannte formlose Übungen, im Gegensatz zu den Vertrauten formhaften Übungen, welche Dein Üben auf ein neues Level führen. Dein Gesundheitszustand kann sich dadurch verbessern oder stabilisieren. Es handelt sich hier um altes, bis dato vollkommen Unbekanntes geheimes Wissen der Drachentorschule.

### „Der Grüne Drache versteckt sich in der Erde“

Kultivierung der Verbindung zur Pflanzenwelt

Der grüne Drache gehört zur Wandlungsphase Holz und wird deshalb auch als Holz-Drache (Mu Long) bezeichnet. Auf körperlicher Ebene wird die Leber gereinigt und vitalisiert. Der Körper wird durch die Bewegungen gestreckt und gedehnt und das Bindegewebe geschmeidig gemacht. Auf energetischer Ebene wird die Verbindung zur Natur (wieder)aufgebaut und der Austausch mit ihr entwickelt. So lernen wir uns mit Bäumen und Pflanzen zu verbinden und auszutauschen. Unser Organismus regeneriert sich und neues Wachstum auf allen Ebenen wird möglich.

Wann & Wo: 1.- 6.09.24 im Kloster Heiligkreuztal; Kosten 360 €

Sie erhalten eine Teilnahmebescheinigung als Anerkannte Fortbildung;

Überweisung an ING DiBa IBAN DE71500105175401422189

Zeiten: 14 Uhr am Anreisetag (SO) und bis Mittag am Abreisetag (FR); Unterkunft und Verpflegung sind direkt im Kloster zum Sonderpreis selbst zu buchen

Tel. 07371 / 931230 ; [www.kloster-heiligkreuztal.de](http://www.kloster-heiligkreuztal.de); ÜN mit VP im DZ ab 70 €

Dozent & Anmeldung: Sören Philipzik, Sportlehrer, Sport- & TCM Therapeut, Qigong Lehrer & Ausbilder (30 Jahre Erfahrung in Qigong, Taiji und Inneren Kampfkünsten)





PUNKT BALANCE  
Fitness- und Gesundheitsmanagement

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

*„Der Goldene Drache windet sich um den Körper“  
(Kultivierung der Inneren Spiralkraft und Vitalität)*

Beim Goldenen Drachen geht es um die Kultivierung der **Spiralkräfte** im Körper. Haben wir dafür u.a. durch die Teller Übungen oder das Langlebigkeits Qigong die äußeren Grundlagen gelegt, gilt es nun die Spiralkraft in den Körper zu bringen. Durch das Winden um und durch den Körper entwickeln wir diese und der ganze Körper fühlt sich vitalisiert und kraftvoll (Drachengefühl). Die Übungen aktivieren und stärken die Essenz und damit die Kraft (LI) des gesamten Körpers. Qi & Li als Aspekte von Yin & Yang bedingen einander und sind nicht trennbar. Ohne Li kein Qi und umgekehrt. So kann es uns gelingen Yin & Yang harmonisch zu entwickeln und weiter auf unserem Übungsweg voranzuschreiten und unsere Gesundheit zu erhalten und zu verbessern.

Zeit: 31.10. (Donnerstag) 14 Uhr bis 3.11.24 (Sonntag) Mittag

Kosten: 300 €; für alle Wiederholer vom Herbst 23 und TN des Grünen & Blauen Drachen (beide Seminare) 2024 nur 250 €;

Sie erhalten eine Teilnahmebescheinigung als Anerkannte Fortbildung  
Überweisung an ING DiBa IBAN DE71500105175401422189

Ort: Begegnungs- und Tagungszentrum Michelsberg  
73337 Bad Überkingen – Unterböhringen; Michelsberg 1  
[www.bt-michelsberg.de](http://www.bt-michelsberg.de); Tel. 07331 9461122

Bitte Dein Zimmer ebenfalls bei mir buchen:

ÜN mit VP im EZ schon ab 58 €

(ZI mit DU / WC gegen Aufpreis möglich)

Dozent & Anmeldung:

Sören Philipzik, Sportlehrer, Sport- & TCM Therapeut, Qigong Lehrer & Ausbilder (30 Jahre Erfahrung in Qigong, Taiji und Inneren Kampfkünsten)  
Sie erhalten eine Teilnahmebescheinigung als Anerkannte Fortbildung

