

 Psychotherapie

## Qigong – 8 Brokatübungen

Das Konzept der Lebensenergie gibt es in vielen Kulturen. In der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) ist diese als Qi bekannte Kraft Grundlage vieler Präventionsansätze, so auch des Qigong.

Dieses Seminar vermittelt Ihnen die grundlegenden Prinzipien und die praktischen Techniken der berühmten Qigong-Form, die seit Jahrhunderten für ihre wohltuende Wirkung auf Körper und Geist geschätzt wird.

Die 8 Brokatübungen bestehen aus einfachen Bewegungs-, Atem- und Meditationsübungen, die den Fluss der Lebensenergie regulieren. Die Übungen wirken tief entspannend und revitalisierend, regen die Selbstheilungskräfte an und können sowohl präventiv als auch bei Beschwerden, etwa im Bewegungsapparat, eingesetzt werden.

Inhalt:

Grundlagen des Qigong  
Einführung in die Geschichte und Philosophie der 8 Brokatübungen  
Entspannung, Atemtechnik und Bewegungskoordination  
Tipps zur Umsetzung der Übungen im Alltag  
Praktische Übungen für eine nachhaltige Wirkung

Die regelmäßige Praxis der 8 Brokatübungen führt zu mehr Beweglichkeit, Stärkung des Immunsystems und hilft, Stress abzubauen. Die Übungen sind für alle Altersgruppen geeignet und lassen sich leicht in den Alltag integrieren.

Das Seminar richtet sich Ärzte/Ärztinnen, Heilpraktiker/innen, psychologische Berater/innen, Masseure/Masseurinnen, Pflegepersonal, Trainer/innen im Fitness- und Wellnessbereich sowie an alle, die Interesse an Qigong und präventiver Gesundheitsförderung haben. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, warme Socken und eine Decke mit.

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt des Qigong und lernen Sie die heilsame Wirkung dieser besonderen Bewegungsform kennen.

.

### Termine

Fr, 10.07.2026

09:00-17:00 Uhr

Sa, 11.07.2026

09:00-17:00 Uhr

[und 1 mehr](#)

### Preis

450,00 €

### Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule  
Regensburg  
Heinkelstr. 1  
93049 Regensburg  
Tel. 0941-599 92 11

### Seminarnummer

SSH84210326V3

### Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten  
Erstellt 31.01.2026

Dozentin

### Manuela Köck

Jg. 1971, verheiratet, zwei Söhne. Nach dem Abitur studierte Frau Köck Betriebswirtschaft. Seit der Geburt ihrer Kinder beschäftigt sie sich intensiv mit Gesundheit und Naturheilverfahren und arbeitete als Sport-Übungsleiterin 15 Jahre lang im Präventionssport. Im April 2008 legte sie die Prüfung zur Heilpraktikerin ab, es folgten Weiterbildungen in Homöopathie und eine dreijährige Ausbildung in Akupunktur, die auch Qigong nach der 5-Elemente-Lehre beinhaltete. Frau Köck ist in eigener Praxis in Altach tätig. Ihr Praxisschwerpunkt ist die chinesische Medizin. Nun gibt sie ihr Wissen an den Paracelsus Schulen weiter.