

 Psychotherapie

Qigong-Übungsleiterschein – Modul 1-3 Qigong Übungsleiter/in & Lehrer/in

Sanfte Bewegungen, bewusste Atmung und Konzentration – das alles vereint Qigong. Die Methode der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) zielt darauf ab, die Lebensenergie (Qi) durch ruhige, fließende Bewegungen, Atmung und Achtsamkeit im Fluss zu halten. Bei regelmäßiger Praxis kann Qigong helfen, Stress zu reduzieren, die Beweglichkeit zu fördern sowie die Selbstheilungskräfte zu aktivieren.

Mit der Ausbildung zum Qigong-Übungsleiter/in erwerben Sie ein tiefes Verständnis für die Wirkungen von Qigong und schulen Bewusstsein sowie Wahrnehmung. Sie lernen präventiv und therapeutisch einsetzbare Übungen kennen, z.B. gegen Bluthochdruck, Schlafstörungen sowie Nacken-, Schulter- und Rückenbeschwerden. Nach erfolgreichem Abschluss sind Sie befähigt, Qigong-Kurse zu leiten oder das Gelernte in Ihren Praxisalltag zu integrieren.

Die Fachausbildung besteht aus drei aufeinander aufbauenden Modulen.

Inhalt Modul 1 – Grundkurs:

- Grundprinzipien von TCM und Qigong
- Die vier Bewegungsrichtungen
- Energiezentren und Meridiansystem, Lehre von Yin und Yang
- 5 Elemente-Übungen
- Grundlagen der Atemführung, Aufmerksamkeit, Vorstellungskraft
- Erste einfache Übungen für Nacken, Schultern und Rücken
- Selbstmassagen und Ruheübungen

Inhalt Modul 2 – Vertiefungskurs:

- Vertiefung der Grundprinzipien von TCM und Qigong
- Ausgewählte Übungen aus dem Neiyanggong
- Erweiterte Stile und Praxiseinheiten
- Selbstwahrnehmung, Feedback und didaktische Methoden
- Grundlagen der Gruppenleitung und Kursorganisation

Inhalt Modul 3 – Abschlussmodul:

- Fortgeschrittene Praxisformen, Stile und Sequenzen
- Einsatz der Übungen im therapeutischen Bereich
- Akupressurpunkte
- Übungen im Stehen, Sitzen und Gehen
- Vertiefung spezieller Indikationen (z. B. Stressmanagement, Schlafprobleme, Rückenbeschwerden)

Das Seminar richtet sich sowohl an Therapeuten/innen als auch an weitere interessierte Berufsgruppen. Bitte bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke, Kissen und Schreibzeug mitbringen.

Termine

Mo, 19.10.2026
09:00-17:00 Uhr
Di, 20.10.2026
09:00-17:00 Uhr
[und 32 mehr](#)

Preis

5.100,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Rostock
Doberaner Str. 114
18057 Rostock
Tel. 0381- 490 91 86

Seminarnummer

SSH02191026V

Anmeldemöglichkeiten

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



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 13.05.2026

Dozent

ozententeam

Dozenten werden noch bekannt gegeben.