

Qigong

Grundkurs

BEAUTY / WELLNESS



Termine:

Sa. 14.02.2026

So. 15.02.2026

jew. 10:00-18:00 Uhr

Preis:

315,- Euro *

**Paracelsus
Gesundheitsakademie
Bahnhofstr. 31
66111 Saarbrücken
Tel. 0681 - 3 22 62**

Qigong ist eine umfassende Übungslehre, basierend auf den Konzepten der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM).

Es ist ein ganzheitliches, althergebrachtes und kontinuierlich fortentwickeltes Verfahren, das gesundheitsfördernde Körperhaltungen, Bewegungen, Selbstmassage, Atemtechniken und Meditation umfasst. Qigong beeinflusst alle körperlichen und psychischen Prozesse und ist eine bewährte Form der Selbstregulation, die Gesundheitskompetenz fördert. Immer mehr Kliniken und Einrichtungen in Prävention und Rehabilitation erkennen das Potential dieser Methode und wenden es entsprechend an.

Lernen Sie in diesem Seminar die Grundlagen des Qigong, viele hilfreiche Übungen!

Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Dozent/in Anja Voßwinkel-Theis: Jg. 1971, verheiratet, drei Kinder. 2012 absolvierte sie die Fortbildung zur Entspannungstrainerin mit den Schwerpunkten Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung nach Jacobson. In diesem Bereich ist sie seitdem als Dozentin an Volkshochschulen, Bildungseinrichtungen, etc. tätig. Es folgten Fachfortbildungen zur Psychologischen Beraterin mit Schwerpunkt systemische Beratung, incl. Aufstellungsarbeit mit dem Systembrett und Burnout- und Stressberatung. Frau Voßwinkel-Theis ist in der Eifel in eigener Praxis und als Meditationsleiterin der Zenklausen tätig.

Seminarnummer:

SSB66140226

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

