



Guo Lin Qi Gong

Kopfmassage Übung & Das Langsame Gehen

Medizinisches Qi Gong

zur Stärkung der Gesundheit und bei chronischen Erkrankungen

Guo Lin Qi Gong ist eine „medizinische“ Qi Gong Form. Es handelt sich um ein sehr vielseitiges und ganzheitliches System und ist sowohl für gesunde als auch für kranke Menschen geeignet. In der westlichen Welt ist Guo Lin Qi Gong überwiegend durch die sogenannte „Xi-Xi-Hu-Atmung“ (Windatmung) und vor allem durch den Einsatz bei Krebserkrankungen bekannt. Guo Lin Qi Gong wird auch eingesetzt bei Immun- und Abwehrschwäche, chronischen Erkrankungen, Rheuma, Herzerkrankungen, Burnout und anderen Erschöpfungssyndromen, usw..

In diesem Seminar lernen wir die Kopfmassage-Übung, die sowohl zur Lebenspflege aber auch bei chronischen Erkrankungen und zur Nachsorge geeignet ist. Dabei werden die Körperenergie harmonisiert, Körper und Geist können entspannen und zur Ruhe kommen und typische Fülle und / oder Yang lastige Krankheiten können reguliert werden.

Des Weiteren lernen wir eine 13-teilige Fingerübung und wir wiederholen das „Langsame Gehen“.

► **Alle Übungen sind auch für Einsteiger möglich und lernbar.**

► **Für das Seminar gibt es ein Skript!**

Inhalte:

- Die 3 Guo Lin Qi Gong Vorübungen.
- Massage der 12 Hauptmeridiane
- Kopfmassage-Übung (Tou Bu An Mo)
- Das langsame Gehen mit Integration der Atmung und der Vorstellungskraft.
- Fingerübung 13-teilig (im Sitzen).
- Theorie / kennenlernen der Meridianpunkte für die Kopfmassage-Übung.

Termin: Samstag / Sonntag, 28. – 29. März 2026

Zeit: 09.30 – 17.00 Uhr

Kosten: 210,00 € - Seminar inkl. Verpflegung

Sonstiges: Bequeme Kleidung mitbringen.

Ort: Haus der achtsamen Gesundheit • Weinstraße 2 • 76889 Pleisweiler

Leitung: Uwe Hielscher - Guolin Qi Gong Lehrer nach Frau Dr. Wang Li



- Ausbildung zum Guo Lin Qi Gong Lehrer bei Frau Wang Li in der Guo Lin Qi Gong & TCM Akademie in Mechernich.
- Regelmäßige Weiterbildungen im Guo Lin Qi Gong bei Frau Wang Li.
- Als ausgebildeter Guo Lin Qi Gong Lehrer zertifiziert und offiziell als Lehrkraft eingetragen in der Guo Lin Qi Gong & TCM Akademie.
- Vorsitzender der Guo Lin Qi Gong Association Europe e.V..

Anmeldung & Information:

Uwe Hielscher • Hebridenstraße 4a • 33729 Bielefeld

Tel.: 0176-20556313

www.qigong-aufdemweg.de

info@qigong-aufdemweg.de