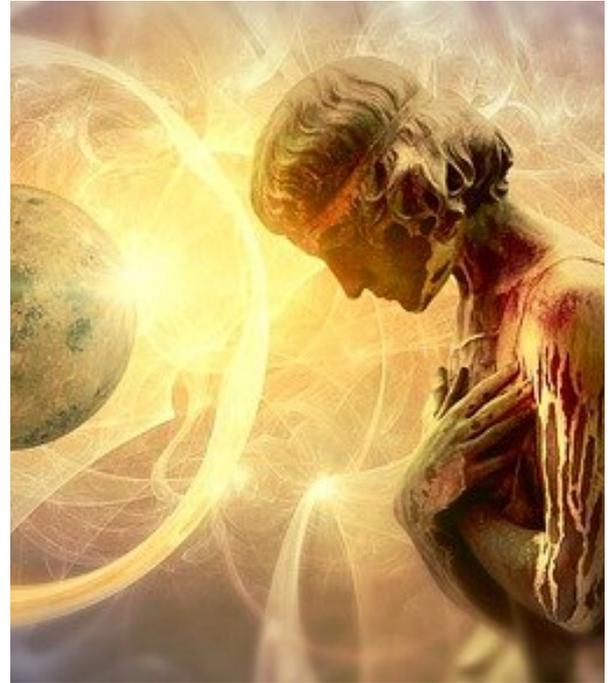


Duft Qigong Teil 1

„Kümmere Dich um deinen Körper. Es ist der einzige Ort, den Du zum Leben hast“

(Hippokrates)



Duft Qi Gong ist eine der populärsten Qigong-Arten überhaupt. Duft Qigong wirkt entgiftend, vertreibt Krankheiten, ist heilend. Je weiter dieser Prozess fortschreitet, umso wohl duftender wird der Körper.

Es ist sinnvoll, es in unseren Alltag zu integrieren. Die gesundheitlichen Resultate sind in Anbetracht des geringen Aufwands verblüffend.

Duft Qi Gong ist in der Tang Dynastie (618 - 906 n. Chr.) entstanden. Es ist ein buddhistisches Qi Gong und wurde damals von dem Mönch Xuan Zhang entwickelt und praktiziert. Nach der Theorie des Duft Qigong hat der Mensch 36 Organe, über die er verbrauchtes, negatives, krankes Qi ausscheiden kann, deshalb werden alle Bewegungen der 15 Übungen jeweils 36 x wiederholt. Durch regelmäßiges tägliches Üben wird der Körper entschlackt und

entgiftet und das ist die Voraussetzung dafür, dass im zweiten Teil viel frische, reine und positive Energie aufgenommen werden kann.

Weitere Merkmale:

Stärkt die Lebenskraft und das Immunsystem
Stärkt die Lunge und das Herz
Aktivierend für das Gehirn und die Gedächtnisleistung
Stärkung der Muskulatur und des Bewegungsapparates
Erhöhung der Lebensqualität u.v.m

Ab einer Anmeldung von 8 Personen findet das Seminar online über Zoom statt.

Termin: 06. Februar 2022, 10:00 - 13:00 Uhr
Preis: 39 €