



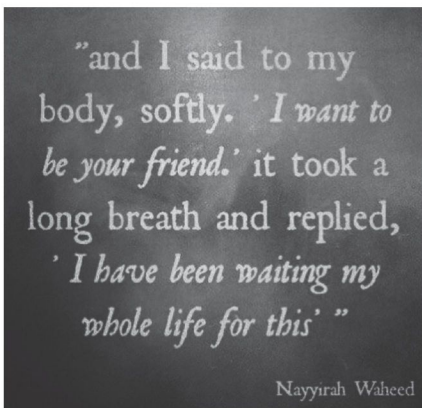
Neue Lebenskraft mit Nieren-Qi Gong



Zur besonderen Unterstützung unseres Immunsystems im Winter

Qi Gong, das ganzheitliche Heilsystem mit 2000-jähriger Tradition nach Mantak Chia in Verbindung mit Somatic Experiencing von Peter Levine

Mit Paki E. Heisserer*, CH



Die Nieren haben aus der Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin eine übergeordnete Wichtigkeit, da sie als Speicher unserer Lebensessenz oder als Wurzel des Lebens gesehen werden. Wir verbrauchen diese Essenz oder Urenergie, die wir von unseren Eltern als vorgeburtliche Energie mit bekommen haben, im Laufe unseres Lebens und können mit bewusster Lebensgestaltung die Erhaltung unseres Nieren Qi begünstigen und damit vielen Gesundheitsproblemen (Erschöpfung, häufiges Frieren, Schlafstörungen, Ängstlichkeit, Depression vor allem im Winter u.a.) entgegenwirken.

Die sogenannte nachgeburtliche Energie nehmen wir in Form von Nahrung und durch die Qualität unserer Bewegungen und damit auch der Atmung auf. Hier kommt das Qi Gong ins Spiel, mit dem wir lernen unserem Körper einfache und langsame (innere und äußere) Bewegungen auf eine leichte Art und Weise nahe zu bringen, so dass sich unser Körper ganz natürlich immer wieder regeneriert und wir vielleicht mit der Zeit erkennen, wie wir diese Art von Bewegungen in unseren Alltag einfließen lassen können.

**Paki E. Heisserer arbeitet seit 1985 in eigener Praxis in Zürich als Körperpsychotherapeutin und Seniorinstructorin für das Tao Yoga und Qi Gong nach Mantak Chia. Sie machte Aus- und Weiterbildungen in Traumatherapie nach Dr. Peter A. Levine (Somatic Experiencing) Polarity, Cranio Sacral Therapie, Posturaler Integration, Shiatsu, Chinesischer Medizin, Prozessorientierter Psychologie nach Arny Mindell und Geburtstraumenbegleitung nach Dr. Ray Castellino. Ihr Anliegen ist es, den menschlichen Prozess auf allen Ebenen zu begleiten. Sie sieht prozessorientierte Körperarbeit in Anlehnung an den englischen Begriff «Healing Arts» als eine Form von Heilung bringender Kunst an. Sie lebt mit ihrem Mann und ihren beiden Töchtern in Zürich.*

Datum
Sonntag, 19. November 2017

Kurszeiten
09.30 – 16.15 Uhr

Kursort
WEITBLICK, Sparkassenplatz 2,
5. Stock, 6020 Innsbruck

Sprache Deutsch

Zielgruppe
Menschen, die sich für eine aktive Gesundheitspflege und ein ausgeglichenes Nervensystem interessieren.

Kosten
Euro 130,00
(bei gleichzeitiger Buchung vom Samstagkurs beträgt der Gesamtpreis Euro 180,00)

!!! Preisänderung !!!

Kursbedingungen
Die schriftliche Anmeldung mit untenstehendem Talon ist verbindlich. Bei einem Rücktritt bis 14 Tage vor Kursbeginn werden 50.- EUR an Bearbeitungsgebühren fällig. Bei Abmeldung weniger als 14 Tage vor Kursbeginn müssen die ganzen Kurskosten bezahlt werden. Dies gilt auch im Krankheitsfall. Wenn eine Ersatzperson gestellt werden kann, entfallen diese Kosten. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

ANMELDETALON: Ich melde mich gemäß den oben genannten Bedingungen verbindlich an zum Tagesworkshop «Neue Lebenskraft mit Nieren-Qi Gong» mit Paki E. Heisserer vom 19. November 2017:

Name..... Vorname.....
Strasse..... PLZ/Ort.....
Beruf..... Telefon.....
E-Mail..... Fax.....
Ort/Datum..... Unterschrift.....

Anmeldung senden an: WEITBLICK, Sparkassenplatz 2, 6020 Innsbruck oder FAX 0512-214 414-20
Tel 0512-214 414, Email: anmeldung@weitblick-innsbruck.at, www.weitblick-innsbruck.at