

„ 5 Organe Qigong “

10. Sept. 2026 –14. Januar 2027

Nienburg Wallanlage Wiese beim Spargelmuseum/ Leinstraße
ab 5. November im Naturfreundehaus mit Gise Schöller



Das 5-Organ Qigong vernetzt und aktiviert die Funktionskreisläufe, das sind die Inneren YIN-Organ und YIN Meridiane im Körper, miteinander. Die 5 Übungen des 5-Organ Qigong sind: **1.Bild: Das Jademädchen überquert den See** **2. Bild: 2 Drachen spielen im Meer –** **3.Bild: Die Tempelwächterin schiebt den Berg zur Seite** **4.Bild: Der Phönix öffnet seine Schwingen –** **5.Bild: Ein mächtiger Riese hebt den Himmel** Hinzu kommen die vorbereitenden Übungen für die Beweglichkeit und Durchlässigkeit der Gelenke, der Hände und Arme: "die freche Frau reibt/klatscht die Hände" und "der Tanz des Phönix im Fluge" für die Füße, Beine und das Becken. Abschließen "dreht die glückliche Löwin den Ball", die Synergie aller Übungen. Der Kurs ist offen für TN mit Vorerfahrungen.

Donnerstags: 9.30h – 10.45h

Termine: 10.09./24.09./01.10./15.10./21.10. 2026 Wallanlagen beim Spargelmuseum; nicht bei Regen, Donner oder Blitz

ab 05.11./12.11/19.11./26.11/03.12./10.12.2026 und 14.01.2027 im Naturfreundehaus Nienburg

Luise-Wyneken-Straße 4

31582 Nienburg www.naturfreundehaus-nienburg.de

Kursleitung: Gise Schöller

Kursgebühr: 120€ (12 Termine)

Anmeldung per Mail: gise@trans-zendenz.de, Homepage: www.trans-zendenz.de

mit Überweisung bitte bis 03.09.26 auf mein Konto bei der Spardabank Hannover

ist dein Platz verbindlich reserviert. Dieser Kurs ist mit ca. 80% Kostenübernahme durch die gesetzlichen Krankenkassen zertifiziert.