

### Was erwartet Sie bei der Ausbildung zum/zur Qigong-Kursleiter/-in?

- kollegiales, kooperatives Unterrichtsklima
- qualifizierte Ausbilderinnen
- intensiver Praxisbezug
- allgemein anerkannte Ausbildung durch Bildungsträger / VHS / Krankenkassen
- Ausbildungsvereinbarung/Vertrag

### Dauer der Ausbildung

260 h Zeitstunden / an 21 Wochenenden mit je 12,5 h. Das Abschlusswochenende mit Prüfung zählt zeitlich extra und wird mit 190 Euro gesondert abgerechnet. Im Anschluss an die Kursleiter:in Ausbildung besteht die Möglichkeit, die Ausbildung zum/zur Qigong-Lehrer:in nach den Richtlinien DQGG e.V. anzuschließen.

### Eigenverantwortung gefordert

Eine intensive ganzheitliche Ausbildung kann auch persönliche Entwicklungen auslösen. Gerade die Arbeit mit dem Qi führt zur verfeinerten Körperwahrnehmung und lässt auch mal ganz besondere Erfahrungen entstehen.

Es ist uns wichtig, darauf hinzuweisen, dass Sie die Verantwortung für sich selbst in jeder Phase der Ausbildung ganz bewusst übernehmen müssen. „Die Teilnahme geschieht auf eigene Verantwortung.“

### ...und gegenseitige Achtung

Dazu gehört die regelmäßige Teilnahme, die Verbindlichkeit vertraglicher Regelungen und der kollegiale, freundliche Umgang miteinander.

**Kosten:** Pro WE/12,5 Zeitstunden, berechnen wir 180 €. Gesamtkosten Ausbildung Stufe Kursleiter:in 3780€ für MG, 3990€ Nicht-MG, zuzüglich Prüfungsgebühr 190 €

### Veränderungen möglich

Inhalte, Termine und Ausbildungsorte sind vorläufig, weil sie zeitlich lang im Voraus festgelegt werden. Wenn es nötig ist, kann es hier zu Veränderungen kommen, über die wir Sie rechtzeitig informieren.

### Anmeldung / Information für die Ausbildung bei Gise Schöller

[gise@trans-zendenz.de](mailto:gise@trans-zendenz.de)

Te1. 05021 - 6039342

weitere Informationen finden Sie unter:

[www.qigong-gesellschaft.de](http://www.qigong-gesellschaft.de)

Ihre Ausbilderinnen sind:



Regina Pauly, Gise Schöller

**Regina Pauly** Qigong Ausbilderin, Pädagogin M.A.;  
Trainerin in der Erwachsenenbildung

Tel: 0711-617495 E-Mail [regina\\_pauly@web.de](mailto:regina_pauly@web.de)

**Gise Schöller** Qigong Ausbilderin, Physio- und  
Shiatsu-therapeutin, Dipl. Sozial Pädagogin  
Tel.05021/6039342 E-Mail: [gise@trans-zendenz.de](mailto:gise@trans-zendenz.de)  
[www.trans-zendenz.de](http://www.trans-zendenz.de)

**Ausbildungsort:** LAB, St. Remberti Stift ,  
Hoppenbank 2-3, 28203 Bremen

**Unterrichtszeiten:** Sa. 10.00h – 18.00h und So.  
9.00h – 16h

# Sie wollen Qigong- Kursleiter:in werden?

**Sie suchen eine vielseitige  
Ausbildung bei einem allseits  
anerkannten Verband?**

## Ausbildung Bremen

**Informationstage:**

**So., 13. Oktober 2024**

**So., 2. März 2025**

**2025 - 2027**

**Gise Schöller & Regina Pauly  
Ausbilderinnen Standort Bremen**

nach den Richtlinien der

**Dt. QIGONG GESELLSCHAFT e.V.**

## Termine Qigong-Kursleiter:in Standort Bremen 2025-2027

**Info- & Einführungstag: So. 02. März 2025** Organisation der Ausbildung, Übersicht über die Methoden des Qigong mit praktischen Übungen: „Kleine 5 Elemente – Übungen“ 10.00 – 15.00Uhr, LAB Bremen, Hoppenbank 2-3, Kosten: 60€ (Barzahlung vor Ort)

### 2025

**1. WE 22./23. März Dantian Qigong** Gise  
**Grundprinzipien im Qigong; Anatomie 1;** Basisübung Grundhaltung, Qi, Jing und Shen

**2. WE 26./27. April** Regina  
**Tai Yi Yuan Ming Gong;** Theorie: Yin und Yang / Vertiefung der Basis Schutzübungen

**3. WE 10./11. Mai 5 Elemente -Harmonie** Regina  
kleine 5 Elemente-Übungen, Theorie: Nähr- / Kontrollzyklus

**4. WE 21./22. Juni Meridian-Qigong 1;** Gise  
Einführung Meridian Lehre; Übungen zur Stärkung des Immunsystems, der Abwehrkräfte „Ich öffne den Vorhang....“

**5. WE 05./06. Juli Meridian-Qigong 2** Gise  
Ma-Milz – Herz-Dünndarm Meridiane; Anmo (Selbstmassage) Theorie Geschichte des Qigong

**6. WE 13./14. Sept. Qigong Gehen** Gise  
Nieren Qi stärkendes Gehen nach Prof. Cong, Spaziergang der Nonne/Mönch, Vertiefung

**7. WE 18./ 19. Okt. Meridian-Qigong 3** Gise  
Blase- Niere / Perikard – 3fWärmer;  
Klopfübungen Liu Yafei

**8. WE 22./23. Nov. Stilles Qigong 1** Regina  
Anmo/Akupressur -Theorie: Ren Mai/Du Mai;  
kl. Himmlischer Kreislauf,

**9. WE 13./14. Dez. Päd./Did.** Regina  
Unterrichtsversuche, Qigong relevante Aspekte; **1 Anatomie 2** Atmung; Salutogenese / Resilienz;

### 2026

**10. WE. 17./18. Jan. Wirbelsäulen Qigong 1**  
Basisübungen / Anatomie Wirbelsäule Gise

**11. WE 28. Feb./1. März Wirbelsäulen Qigong 2**  
Vertiefung Basisübungen / im Sitzen Gise

**12. WE 28./29. März Meridian-Qigong 4** Regina  
Gbl.-Leber-Meridiane / Vertiefung und Reinigungs-übungen; Vertiefung Meridian-Qigong

**13. WE 25./26. April Meridian-Qigong 5** Gise  
Vertiefungen, Meridian Dehnübungen / Partner:innenübungen / Anmo

**14. WE 13./14. Juni 5-Elemente Form Ai Huang**  
Theorie: Organuhr **Pädagogik/Didaktik 2** Gise  
Zielgruppenorientierter Unterricht: Spielerische Qi-Übungen;

**15. WE 11./12. Juli Päd./Did. 2** Regina  
Qigong – spezifische Methodik in Theorie / Praxis, Unterrichtsversuche, Gruppendynamische Prozesse, Umgang in Konfliktsituationen / Hausarbeiten  
Spezifische Aspekte der Qigong-Praxis (wie Schwangerschaft, Alter, Kinder und Jugendliche)

**16. WE 12./13. Sept 5 Organe Qigong 1** Gise & Regina  
Vorbereitende Übungen, „das

Jademädchen überquert den See“, „2 Drachen spielen im Meer“, „die Tempelwächter:in schiebt den Berg weg“.

**17. WE 17./18. Okt. 5 Organe Qigong 2** Gise & Regina  
Fortsetzung Vorbereitende Übungen, Bilder 4 + 5 und Synergien aller 5 Übungen, Theorie: 6 Schichten Modell

**18. WE 28./29. Nov. Stilles Qigong 2** Regina  
Duft-Qigong, Porenatmung, Notfallpunkte

### 2027

**19. WE 16./17. Januar 5 Organe Qigong 3** Gise  
**Vertiefung;** Chin. Medizin „Körperseelen und Gefühle“,

**20. WE. 20./21. Februar Stilles Qigong 3** Regina  
**WS- Qigong** Vertiefung Visualisierungen, Schutzübungen

**21. WE Sa./So. 17./18. April Päd./Did. 3**  
**verlängertes WOE Seminar im Umland von Bremen**  
**„Tagungshaus Mikado“** Gise & Regina  
Anpassung der Qigong-Praxis; Übungen für spezielle Problematiken von TN:innen; /Prüfungsvorbereitung

## Colloquium 5./6. Juni 2027

**schriftliche Prüfung und Lehrproben für die  
Anerkennung Qigong Kursleiter:in**



### Prüfung:

Eine schriftliche Hausarbeit ist Zulassungsvoraussetzung zur Prüfung. Im Rahmen des Colloquiums wird Theorie (schriftliche) und Unterrichtspraxis (Lehrprobe) geprüft. Nach bestandener Prüfung dürfen Sie sich Kursleiter\*in der Dt. QIGONG GESELLSCHAFT e.V. nennen