

Kurs 1

„Chan Mi Qigong“

Chan Mi Qigong, das auch Wirbelsäulen-Qigong genannt, wird im Sitzen und im Stand ausgeführt.

Teilnahme auch für Beginnende

16./23.Feb./02./09./ 16./23. + 30. März/ 13./ 20. + 27April

10 Termine a 75 Minuten

Dienstag 10.45 – 12.00h

Kursgebühr: 100€

Kurs 2

„Meridian-Qigong“

Wiederholung und Vertiefung aller 12 Meridian-Übungen, Teilnahme mit Vorerfahrungen im Qigong

16./23.Feb./02./09./ 16./23. + 30. März

Dienstag: 14.45 – 16.00h

8 Termine a 75 Minuten

Kursgebühr: 96€

Alle Qigong-Kurse sind als Präventionskurse zertifiziert und werden mit bis zu 80% durch Ihre Krankenkasse bezuschusst werden, fragen Sie Ihre Sachbearbeiter*in

Kurs 3

Taijiquan - Die Peking-Form

Vorerfahrungen sind erwünscht

16./23.Feb./02./09./ 16./23. + 30. März

Dienstag: 16.30 – 17.30h

8 Termine a 60 Minuten

Kursgebühr: 80€ Dieser Kurs wird leider nicht über die Krankenkassen bezuschusst

Kurs 4

„Duft-Qigong“

Übungen zur Reinigung und Entschlackung, es werden die Grund- und Mittelstufe unterrichtet; die Übungen können im Sitzen und im Stand ausgeführt werden.

17./24.Feb./03./ 10./17./24.+ 31. März

Pause/21.04./28.04. 2021 10

Termine a 75 Minuten **Mittwoch:**

10.30 – 11.45h Kursgebühr: 100€

Kurs 5

„Meridian-Qigong“

Wiederholung und Vertiefung aller 12 Meridian-Übungen, Teilnahme mit Vorerfahrungen im Qigong

17./24.Febr./03./ 10./17./24.+ 31.März 2021

Mittwoch: 16.00h – 17.15h

8 Termine a 75 Minuten

Kursgebühr: 96€

Kurs 6

„5-Organe Qigong“

Frauen mit Vorerfahrung 5 Organübungen und vorbereitende Übungen: „Die freche Frau und der Tanz des Phönix im Fluge

17./24.Feb./03./ 10./17./ 24. + 31.März/14./21./28.April – Pause /09./16.Juni 2021

Mittwoch: 17.30h – 18.45h

12 Termine a 75 Minuten

Kursgebühr: 120 €

Qigong & Taiji

Kurse mit Gise Schöller
Winter/Frühling 2021



„Raum für Bewegung und
Entspannung“
Vilser Schulstraße 19
Bruchhausen-Vilsen

Qigong & Taiji

Einzeltermine sind ab sofort
auf Anfrage möglich

Meine Angebote sind:

Shiatsu-japanische Fingerdruck
Massage; sie findet bekleidet, auf
der Liege oder auf dem Futon statt.

Kosten: 50€ (50Minuten
Behandlung + 10 Min nachruhen)

Taijiquan (Tai Chi) und
Qigong in Einzelstunde

Kosten: 30 € (45 Minuten)

Therapeutisches Qigong

bei chronischen Erkrankungen

Nierenstärkende Qigong Gehen

Kosten: 40€ (45 Minuten)

ANMELDUNG:

Frühzeitige und verbindliche
Anmeldung per Mail unter
gise@trans-zendenz.de .

Die Gruppengröße wird auf
Grund von Corona auf 5
TN*innen begrenzt.

Anmeldung unter E-Mail:

gise@trans-zendenz.de
www.trans-zendenz.de

Tel. 04231-7209742.

Alle Qigong-Kurse sind als Präventionskurse zertifiziert und werden mit bis zu 80% durch Ihre Krankenkasse bezuschusst werden, fragen Sie Ihre Sachbearbeiter*in