

Kursleiter



Ingo Schmitt, geb. 1956 im Sauerland/Westf. Ab 1986 erlernte er von Andrew Dabioch verschiedene asiatische Kampf-, Bewegungs- und Übungskünste. Von 1988 an unterrichtet er in der Tao Academy in Wilhelmshaven, leitet bundesweit Workshops und Seminare. 1995 erhielt er die Meister-Graduierung in der Tao Academy. Seit 2013 mit Familie ansässig in Ochsenfurt. www.tao-academy.de



Andrew Dabioch, geb. 1959 in England, Lehrmeister, Begründer und Leiter der Tao Academy und der Andrew Dabioch Videoproduktion in Wilhelmshaven. Seit seinem 13. Lebensjahr widmet er sich den asiatischen Kampf- und Bewegungskünsten, Gesundheits- und Meditationsübungen. 1982 erfolgte seine Meistergraduierung vor chinesischen und deutschen Meistern. www.tao-academy.de



Andreas Oldekamp, Jahrgang 1966, leitet seit 1999 die „Praxis für Bewegung und Stille“ in Kaltenkirchen. Er hat langjährige Kursleitererfahrung mit Taijiquan, Qigong und PanGu-Gruppen. Ausgebildet von Foen Tjoeng Lie, Hua Xiang Su, Jian Guiyan, Lena du Hong, Sui QingBo und weiteren. www.funkenberg8.de



Anmeldung und Info



Ferienzentrum am Deich - Nordsee
Am Deich 39 in 26969 Burhaversiel
Tel.: (0 4733) 870
E-Mail: burhave@awosano-nordsee.de
www.awosano-nordsee.de



Die Seminarkosten



... betragen 120 Euro für Erwachsene ohne Unterbringung und Verpflegung. Frühbucher erhalten 10 % Rabatt bis zum 14. November 2022

Unterkunft und Verpflegung



Vollpension/Nacht: Einzelzimmer 80 Euro,
Doppelbett. 55 Euro/Pers. ab Belegung mit zwei Personen.



Qigong & Taiji an der Nordsee

Ankommen, mitmachen, auftanken

vom 2. bis 4. Dezember 2022

in Butjadingen-Burhaversiel
im AWO SANO Ferienzentrum am Deich



Tao Academy



Die Kurse

Das Seminarwochenende findet vom 2. bis 4. Dezember 2022 im Familienzentrum am Deich in Butjadingen-Burhaversiel an der Nordsee statt. Wir bieten ein abwechslungsreiches Programm und freuen uns auf Euch! Herzlichst Andrew, Ingo und Andreas

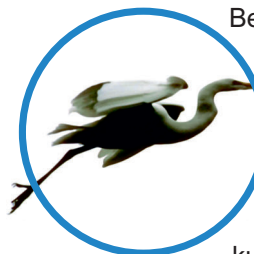


Wildgans-Qi Gong (Dayan Qi Gong) - die Form der Klopfmassage (Dayan Pai Da Gong): Gelehrt wird die kurze, „kleine“ Form des Wildgans-Qi Gong, die neben den wichtigsten Grundgesten zur Einstimmung in die Spiele der großen Formen auch Klopf- und Schüttelmassage sowie Halte- und Entladungsgesten enthält. Eine hervorragende Form zum Einstieg in die Wochenend-Kurse!

Große Wildgans-Qi Gong (Dayan Qi Gong) - Zweite 64er-Form: Gestärkt und erfrischt macht sich der Übende erneut auf den Weg zu weiteren Erkenntnissen und Erfahrungen. Die zweite Form mit wiederum 64 Bildern ist umfangreicher, länger, lebhafter mit mutigen Schritten und Begegnungen in geschichtsträchtigen Abschnitten. Nehmen und Geben, Aufladen und Loswerden, Yin und Yang, Erde und Himmel spielen auch hier die Erkenntnisse bringende Rolle. Es soll den taoistischen Mönchen des Kunlun-Gebirges, am Rand Tibets, zu verdanken sein, die mit kluger Beobachtungsgabe diese Übungen aus dem Verhalten der Großen Wildgans entwickelten. Die Große Wildgans steht in China symbolisch für Langlebigkeit. In ganz China sind vielerorts die berühmten Wildgans-Pagoden zu finden.



Fliegender Kranich-Qi Gong besteht aus fünf relativ einfach auszuführenden Übungen, die die anmutigen Bewegungen eines Kranichs nachempfinden lassen, mit anschließendem Nachspüren der sich frei einstellenden Regungen. Das Fliegender Kranich-Qi Gong aus der Tradition des buddhistischen Klosters E-Me'i wurde in den 1970er Jahren bekannt und erhielt innerhalb kurzer Zeit großen Zulauf als eine der „neuen Qigong-Formen“.



Kursplan

Freitag (Anreise)		
18 Uhr	Abendessen	
19.45 - 21.15 Uhr	Kleine Vorstellungsrunde und anschließendes Dayan Pai Da Gong	
Samstag (Frühstück ab 8 Uhr)		
ab 9.30 Uhr	gemeinsames Dayan Pai Da Gong	
9.45 - 12.45 Uhr	Wildgans-Qi Gong (Dayan Qi Gong): Zweite 64er-Form mit Andrew und Ingo	Fliegender-Kranich Qi Gong mit Andreas
Mittagessen/Pause von 12.45 bis 14.30 Uhr		
14.30 - 18.00 Uhr	Wildgans-Qi Gong (Dayan Qi Gong): Zweite 64er-Form mit Andrew und Ingo	Fliegender-Kranich Qi Gong mit Andreas
bis 18.15 Uhr	gemeinsames Dayan Pai Da Gong	
18.15 Uhr	Abendessen	
Sonntag (Frühstück ab 8 Uhr)		
ab 9.30 Uhr	gemeinsames Dayan Pai Da Gong	
9.45 - 12.45 Uhr	Wildgans-Qi Gong (Dayan Qi Gong): Zweite 64er-Form mit Andrew und Ingo	Fliegender-Kranich Qi Gong mit Andreas
Mittagessen/Pause von 12.45 bis 13.30 Uhr, anschließend gemeinsames Dayan Pai Da Gong Verabschiedung ca. 14 - 14.15 Uhr		