Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

Medizinische Gesellschaft für Qigong Yangsheng e.V.

Colmantstr. 9, 53115 Bonn
Tel: 0228-696004, Fax: 0228-696006
info@qigong-yangsheng.de
www.qigong-yangsheng.de

Kurse 2024

in Deutschland, in der Schweiz und ONLINE

Stand: 14. März 2024

Hier ein Überblick über unsere Kursplanung. Die Kurse sind online angekündigt; weitere könnten folgen. Anmeldung wie gewohnt, wir verschicken für die ONLINE-Veranstaltungen einen Tag vor der Veranstaltung einen Link, über den Sie teilnehmen können. Vorträge (Vo) sind in der Regel Abendveranstaltungen von ca. 1 Stunde.
Den aktuellen Stand entnehmen Sie bitte jeweils unserer Homepage. Auch mit unserem Newsletter wollen wir Sie auf dem Laufenden halten. Man kann ihn über die Startseite unserer Homepage oder per E-Mail abonnieren.

Januar

12.-14.1. TÜ **Übungstage zum Spiel der 5 Tiere** 001
Elisabeth Friedrichs Irsee
In Kooperation mit der Schwabenakademie Irsee
Anmeldung und weitere Informationen dort.

13.1. FÜ **15 Ausdrucksformen / Übungstag** 002
Franziska Gisin Basel

18.-21.1. Q2 **Fuqi yangsheng fa, "Aufnahme von Qi zur Kultivierung der Lebenskraft" 2. Sequenz, Einführung** 003
Gisela Hildenbrand Holzkirchen

20.1. Vo **Vortrag: Glanzlichter der chinesischen Kulturgeschichte** 402
Prof. Dr. Karl-Heinz Pohl ONLINE

20.1. Er **Erfahrungsaustausch** 201
Elisabeth Friedrichs Augsburg

27.1. Er **Erfahrungsaustausch** 202
Ute Grabautzky Essen

27.1. Vo **Vortrag: „Der Weise erfreut sich am Wasser – der Gütige erfreut sich am Berg“ – Naturbilder in Übungen des Qigong Yangsheng** 401
Gisela Hildenbrand Essen

27.-28.1. E1 **Emei-Methode, 1. Sequenz, Einführung** 004
Franziska Gisin Basel

Februar

3.-4.2. T1 **Spiel der 5 Tiere, Bär, Kranich, Einführung** 006
Martha Bank Köln

9.-11.2. Q3 **Fuqi yangsheng fa "Aufnahme von Qi"** 007
Wiederholung
Katrin Arnold Lübeck

16.-18.2. F5 **15 Ausdrucksformen Vertiefung, Weiterbildung** 009
Edeltraut Rohrmoser Heidelberg

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

23.-25.2. GD **Neiyanggong - das Innen nährende Qigong** 321
Ausgewählte Übungen aus dem Neiyanggong mit besonderem Bezug zum Funktionskreis Niere,
Für AnfängerInnen (mit Grundkenntnissen im Qigong) und WiederholerInnen
Liu Yafei ONLINE
In Kooperation mit der SMS München

24.2. TÜ **Spiel der 5 Tiere / Übungstag** 010
Micheline Schwarze ONLINE

24.-25.2. Fb **Kalligraphie und Qigong / Zwei Wege zur Kultivierung** 301
Wang Min, Martha Bank Köln

März

2.-3.3. E2 **Emei-Methode, 2. Sequenz, Einführung** 011
Doris Palm Oldenburg

8.-10.3. GD **Neiyanggong - das Innen nährende Qigong** 322
II Sequenz "xing qi yan shou fa" der bewegten Formen der Mittelstufe (Übungen 1-6)
Liu Yafei ONLINE

09.3. Vo **Vortrag: Was heißt hier Kopieren – Chinesische Malerei zwischen Tradition und Innovation** 403
Alexandra von Przychowski ONLINE

9.-10.3. T2 **Spiel der 5 Tiere, Tiger, Hirsch, Einführung** 012
Gerhard Berger Köln

9.-13.3. F4 **15 Ausdrucksformen, Vertiefung** 805
Gisela Hildenbrand Künzell

15.17.3. GD **Wuxing Yangsheng Gong, Yangsheng Übungen entsprechend den fünf Wandlungsphasen** 327
Einführung und Wiederholung in die 1. Sequenz
Li Hechun, Abt ONLINE

16.-17.3. P1 **Stehen-wie-ein Pfahl, Einführung** 014
Edeltraut Rohrmoser Basel

16.-17.3. Fb **Qigong in der Prävention** 303
Doris Palm Essen

April

5.-7.4. GD **Neiyanggong - das Innen nährende Qigong** 323
I. Sequenz „yi jin xing qi fa“ der bewegten Formen der Mittelstufe, (Übungen 1-12) - Für Anfänger*innen (mit Grundkenntnissen im Qigong) und Wiederholer*innen.
Zhang Qingyun ONLINE

6.-7.4. T1 **Spiel der 5 Tiere, Bär, Kranich, Einführung** 016
Rainer Kurschildgen Heidelberg
In Kooperation mit der VHS Heidelberg
Anmeldung und weitere Informationen:
gulden@hag-hd.de, www.hag-hd.de

13.4. Vo **Vortrag: Abbild des Kosmos – Der Körper in daoistischen Darstellungen** 404
Dr. Martina Darga ONLINE

13.4. TÜ **Spiel der 5 Tiere / Übungstag** 017
Ulrike Kühn Basel

13.-14.4. B1 **8 Brokate, 1. Teil, Einführung** 806
Irmela Schubert Künzell

19.-21.4. GD **Wuxing Yangsheng Gong, Yangsheng Übungen entsprechend den fünf Wandlungsphasen** 328
Einführung und Wiederholung in die 2. Sequenz
Li Hechun, Abt ONLINE

20.-21.4. F2 **15 Ausdrucksformen, 2. Teil, Einführung** 018
Petra Maierhöfer Bonn

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

20.-21.4. BEÜ **Übungstage für die 8 Brokatübungen und für die Emei-Übungen** 019
Roland Hofmann (Ro) Lindenberg im Allgäu

Mai

4.-5.5. T3 **Spiel der 5 Tiere, Spiel des Affen, Einführung** 020
Martha Bank Köln

4.-5.5. PTÜ **Übungstage für die Übungen Stehen-wie-ein Pfahl und für das Spiel der 5 Tiere** 021
Ulrike Kühn Essen

11.5. Er **Erfahrungsaustausch** 203
Irmela Schubert Schneverdingen

16.-19.5. Q3 **Fuqi yangsheng fa "Aufnahme von Qi"** 022
Ulrike Kühn Drübeck

18.5. Fb **Qigong meets Art** 305
Tagesseminar - praktische Übungen des Qigong Yangsheng nach dem Lehrsystem von Prof. Jiao Guorui wechseln ab mit Betrachtungen zur chinesischen Kunst- und Kulturgeschichte - Für Anfänger geeignet
Caroline Stegmann-Rennert M. A., Martha Bank Köln
In Kooperation mit dem Museum für Ostasiatische Kunst, Köln - Anmeldung und Zahlung: Museumsdienst Köln per Tel: 0221-221-24077, E-Mail: service.museumsdienst@stadt-koeln.de

21.-24.5. B5 **8 Brokatübungen** 023
Vertiefung Weiterbildung
Irmela Schubert Holzkirchen

24.-26.5. Y1 **Youfagong - Methode der Induzierten Bewegung, Einführung** 061
Martha Bank, Gisela Hildenbrand Köln

Juni

7.6. Kq **Pipa-Konzert** 702
Tang Hua Heidelberg
In Kooperation mit der VHS Heidelberg
Anmeldung und weitere Informationen:
gulden@hag-hd.de, www.hag-hd.de

8.6. Kq **Pipa-Konzert** 703
Tang Hua Basel
In Kooperation mit der Allgemeinen Lesegesellschaft Basel

7.-9.6. GD **Wuxing Yangsheng Gong, Yangsheng Übungen entsprechend den fünf Wandlungsphasen** 329
Einführung und Wiederholung in die 3. Sequenz, Meditation im Stehen und Gehen
Li Hechun, Abt ONLINE

8.-9.6. B2 **8 Brokate, 2. Teil, Einführung** 807
Elisabeth Friedrichs Künzell

8.-9.6. T2 **Spiel der 5 Tiere, Tiger, Hirsch, Einführung** 024
Claudia Confal Heidelberg
In Kooperation mit der VHS Heidelberg
Anmeldung und weitere Informationen:
gulden@hag-hd.de, www.hag-hd.de

14.-16.6. GD **Wuxing Yangsheng Gong, Yangsheng Übungen entsprechend den fünf Wandlungsphasen** 330
Einführung und Wiederholung der 1. und 2. Sequenz
Li Hechun, Abt ONLINE
In Kooperation mit der SMS München
Anmeldung und weitere Informationen:
a.gruell@tcm.edu, www.tcm.edu

15.6. Er **Erfahrungsaustausch** 204
Klaus Wersche Frankfurt

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

15.-16.6. M3 **Chinesische Medizin, Wiederholung** 025
Sandra Willeboordse Köln

21.-23.6. T4 **Spiel der 5 Tiere Bär und Kranich, Wiederholung** 026
Gerhard Berger Köln

22.-23.6. B1 **8 Brokatübungen, 1. Teil, Einführung** 027
Irmela Schubert Weimar

28.-30.6. Y2 **Youfagong - Methode der Induzierten Bewegung, Einführung** 063
Barbara Majowski, Gisela Hildenbrand Bonn

29.-30.6. T3 **Spiel der 5 Tiere Spiel des Affen, Einführung** 028
Katrin Arnold Lübeck

Juli

4.-7.7. A1 **Aufbaukurs 1** 029
Sandra Willeboordse Bonn

6.-7.7. P2 **Stehen-wie-ein Pfahl, Wiederholung** 030
Micheline Schwarze München

12.-14.7. F3 **15 Ausdrucksformen, Wiederholung** 031
Ingrid Reuther Bonn

18.-21.7. BFTÜ **Übungstage für die 8 Brokatübungen, die 15 Ausdrucksformen und für das Spiel der 5 Tiere** 062
Sandra Willeboordse Drübeck

20.-21.7. Q1 **Fuqi yangsheng fa "Aufnahme von Qi" 1. Sequenz, Einführung** 032
Ingrid Reuther Bonn

26.-29.7. E3 **Emei-Methode, Vertiefung** 033
Micheline Schwarze Bernried am Starnberger See

27.-28.7. B2 **8 Brokatübungen, 2. Teil, Einführung** 034
Irmela Schubert Weimar

27.-28.7. T3 **Spiel der 5 Tiere Spiel des Affen, Einführung** 035
Rainer Kurschildgen Heidelberg
In Kooperation mit der VHS Heidelberg
Anmeldung und weitere Informationen:
gulden@hag-hd.de, www.hag-hd.de

August

3.8. BÜ **8 Brokatübungen / Übungstag** 036
Irmela Schubert Schneverdingen

3.-4.8. E1 **Emei-Methode, 1. Sequenz, Einführung** 037
Sandra Willeboordse Heidelberg
In Kooperation mit der VHS Heidelberg
Anmeldung und weitere Informationen:
gulden@hag-hd.de, www.hag-hd.de

9.-11.8. B5 **8 Brokatübungen Vertiefung - Weiterbildung** 038
Roland Hofmann Bonn

9.-11.8. Er **Erfahrungsaustausch** 205
Miriam Tusch-Harke Künzell /Fulda

11.-16.8. Fb **Summer School** 306
N. N. Knüllwald-Niederbeisheim

15.-18.8. LS **Das Lehrsystem Qigong Yangsheng - Übungen aus den Methoden des Systems im Kontext chinesischer Kultur** 039
Gisela Hildenbrand St. Ottilien

16.-18.8. B3 **8 Brokate, Wiederholung** 808
Elisabeth Friedrichs Künzell

23.-25.8. F2 **15 Ausdrucksformen, 2. Teil, Einführung** 040
Gerhard Berger Holzkirchen

23.-25.8. Fb **Psychische Stabilisierung und Ressourcenaktivierung - Wirkfaktoren des Qigong** 307
Claus Fischer, Micheline Schwarze Künzell /Fulda

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

30.8.-1.9. T5 **Spiel der 5 Tiere** **042**
Tiger, Hirsch und Affe, Wiederholung
Martha Bank Köln

30.8.-1.9. Y3 **Youfagong - Methode der Induzierten Bewegung, Wiederholung** **043**
Franziska Gisin, Gisela Hildenbrand Basel

September

3.9. Fb **Chinesische Schrift und Sprache** **312**
Einführung in Struktur und Besonderheiten
Abendkurs: 3 Termine - Dienstags:
03.09.24; 10.09.24 und 17.09.2024
jeweils 18:00 – 20:30 Uhr
N.N. Online
Kooperation mit dem Landesspracheninstitut Bochum (LSI)

5.-8.9. FTÜ **Übungstage für die 15 Ausdrucksformen und für das Spiel der 5 Tiere** **044**
Hanne-Doris Lang Drübeck

6.-8.9. T4 **Spiel der 5 Tiere** **041**
Bär und Kranich, Wiederholung
Claudia Confal Heidelberg
In Kooperation mit der VHS Heidelberg
Anmeldung und weitere Informationen:
gulden@hag-hd.de, www.hag-hd.de

13.-16.9. F5 **15 Ausdrucksformen** **045**
Vertiefung - Weiterbildung
Gisela Hildenbrand Bernried am Starnberger See

20.-22.9. Y1 **Youfagong - Methode der Induzierten Bewegung, Einführung** **046**
Franziska Gisin, Gisela Hildenbrand Lindenberg im Allgäu

27.-28.9. M2 **Chinesische Medizin, 2. Teil, Einführung** **809**
Annette Singer Künzell

28.9. Fb **Qigong meets Art** **311**
Tagesseminar - praktische Übungen des Qigong Yangsheng nach dem Lehrsystem von Prof. Jiao Guorui wechseln ab mit Betrachtungen zur chinesischen Kunst- und Kulturgeschichte - Für Anfänger geeignet
Caroline Stegmann-Rennert M. A., Martha Bank Köln
In Kooperation mit dem Museum für Ostasiatische Kunst, Köln - Anmeldung und Zahlung: Museumsdienst Köln per Tel: 0221-221-24077,
E-Mail: service.museumsdienst@stadt-koeln.de

28.-29.9. Q2 **Fuqi yangsheng fa "Aufnahme von Qi"** **047**
2. Sequenz, Einführung
Franziska Gisin Bonn

Oktober

2.-6.10. F4 **15 Ausdrucksformen, Vertiefung** **048**
Ingrid Reuther Bonn

4.-6.10. T5 **Spiel der 5 Tiere** **049**
Tiger, Hirsch und Affe, Wiederholung
Claudia Confal Heidelberg
In Kooperation mit der VHS Heidelberg
Anmeldung und weitere Informationen:
gulden@hag-hd.de, www.hag-hd.de

5.-6.10. E2 **Emei-Methode, 2. Sequenz, Einführung** **050**
Martha Bank Essen

11.-13.10. Fb **"Reguliere den Atem, beruhige den Geist - Qigong eine Wohltat für Atem und Herz"** **310**
Elisabeth Friedrichs Irsee
In Kooperation mit der Schwabenakademie Irsee
Anmeldung und weitere Informationen:
buero@schwabenakademie.de,
www.schwabenakademie.de

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

12.10. Er **Erfahrungsaustausch** **206**
Götz Schirra Heidelberg

18.-20.10. GD **Wuxing Yangsheng Gong, Yangsheng Übungen entsprechend den fünf Wandlungsphasen** **334**
Li Hechun, Abt Oslo / Norwegen
In Kooperation mit Merethe Kvernröd

19.-23.10. T6 **Spiel der 5 Tiere, Vertiefung** **051**
Martha Bank Köln

23.-27.10. B4 **8 Brokate, Vertiefung** **810**
Franziska Gisin Knüllwald - Niederbeisheim

24.-27.10. A2 **Aufbaukurs 2** **052**
Elisabeth Friedrichs, Hanne-Doris Lang Knüllwald-Niederbeisheim

25.-27.10. GD **Wuxing Yangsheng Gong, Yangsheng Übungen entsprechend den fünf Wandlungsphasen** **332**
Wiederholung und Vertiefung der 1. und 2. Sequenz
Li Hechun, Abt Bonn

26.10. Er **Erfahrungsaustausch** **207**
Katrin Arnold ONLINE

November

1.-3.11. GD **Wuxing Yangsheng Gong, Yangsheng Übungen entsprechend den fünf Wandlungsphasen** **333**
Wiederholung der 3. Sequenz,
Meditation im Stehen und Gehen
Li Hechun, Abt Bonn

2.-3.11. Fb **Chinesische Schrift und Sprache** **313**
Einführung in Struktur und Besonderheiten
N.N. Online
Kooperation mit dem Landesspracheninstitut Bochum (LSI)

9.-10.11. F1 **15 Ausdrucksformen, 1. Teil, Einführung** **801**
Doris Palm. Oldenburg
Kurs in Kooperation mit der Jadehochschule Oldenburg
Anmeldungen und weitere Informationen:
jade-hs.de/zfw-gesundheit

9.-10.11. Er **Erfahrungsaustausch** **208**
N. N. Bonn

16.11. QÜ **Fuqi yangsheng fa "Aufnahme von Qi" / Übungstag** **053**
Klaus Wersche Frankfurt

16.-17.11. L1 **6-Laute-Methode, Einführung** **054**
Ulrike Kühn Basel

22.-24.11. GD **Neiyanggong - das Innen nährende Qigong** **324**
Ausgewählte Übungen aus dem Neiyang Gong – Frauen-Qigong (Nüzi Qigong)
Liu Yafei ONLINE

23.-24.11. R1 **Übungen-in-Ruhe: Tuna-Atmung, Sitzen-in-Stille** **055**
Micheline Schwarze München

23.-24.11 T1 **Spiel der 5 Tiere, Bär, Kranich, Einführung** **811**
Gerhard Berger Eisenach

27.11.-1.12. T6 **Spiel der 5 Tiere, Vertiefung** **056**
Martha Bank Heidelberg
In Kooperation mit der VHS Heidelberg
Anmeldung und weitere Informationen:
gulden@hag-hd.de, www.hag-hd.de

29.11.-1.12. GD **Neiyanggong - das Innen nährende Qigong** **325**
II Sequenz „xing qi yan shou fa“ der bewegten Formen der Mittelstufe, (Übungen 1-12) und ausgewählte Ruhe- und Selbstmassageübungen
Zhang Qingyun ONLINE

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

Dezember

7.-8.12. F2 **15 Ausdrucksformen, 2. Teil, Einführung** 802
Doris Palm. Oldenburg
Kurs in Kooperation mit der Jadehochschule Oldenburg
Anmeldungen und weitere Informationen:
jade-hs.de/zfw-gesundheit

11.-15.12. S1 **Abschlussseminar der Grundausbildung** 058
Gisela Hildenbrand, Sandra Willeboordse Künzell /Fulda

13.-15.12. T7 **Spiel der 5 Tiere, Vertiefung-Weiterbildung** 059
Sandra Willeboordse Künzell /Fulda

Anmeldung

(sofern nicht anders angegeben) per E-Mail an unser Kursbüro: info@qigong-yangsheng.de oder über die **Homepage: www.qigong-yangsheng.de** durch Klick auf den Veranstaltungstitel, oder per Brief oder Fax.
Bestätigung: erhalten Sie per E-Mail bzw. Post

Rücktritt: Bei jeder Ab- und Ummeldung eines Kurses werden 25,00 EUR Stornogebühren berechnet, unabhängig von Grund und Anlass.
Bei Kursen in Tagungshäusern sind ggf. Stornogebühren für gebuchte Übernachtungen/Verpflegung zu zahlen. –
Bei Abmeldungen für Kurse beim Benediktushof in Holzkirchen sind die Abmeldegebühren nur an den Benediktushof zu zahlen.

Die Abmeldung von gebuchten Kursen ist nur schriftlich möglich!
Hinweis:
Die Medizinische Gesellschaft behält sich vor, einen Kurs bei einer zu geringen Teilnehmendenzahl abzusagen. Änderungen der Kursleitung vorbehalten.

Kurszeiten

Falls nicht anders angegeben:

1. Tag: 9:00-12:30 Uhr und 15:00-18:30 Uhr
bei 3- und 4-Tageskursen: 2. und 3. Kurstag: 9:00-12:00 Uhr und 15:00-18:00 Uhr
letzter Kurstag: 9:00-13:00 Uhr
5-Tageskurse: 1.-4. Tag: 9:00-12:00 Uhr und 15:00-18:00 Uhr
letzter Kurstag: 9:00-13:00 Uhr
Übungstage: 9:00-12:00 Uhr, 14:00-17:00 Uhr

Vorträge (Vo) sind in der Regel Abendveranstaltungen von ca. 1 h.
Konzerte (Kq) sind in der Regel Abendveranstaltungen von ca. 2 h.

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

Kursgebühren ab dem 01.01.2024

1-Tageskurse : Übungstage: QÜ, BÜ, FÜ, TÜ, Fortbildungskurse: 115 € (Mitglieder: 110 €)
2-Tageskurse : Übungstage: BEÜ, TPÜ, TFÜ, FQÜ,RTÜ, F1, F2, B1, B2, T1, T2, T3, R1, R2, L1, L2, P1, P2, P3, E1, E2, Q1, Q2, Fortbildungskurse: 210 € (Mitglieder: 190 €)
3-Tageskurse : Übungstage: F3, F5, B3, B5, BFÜ, BFTÜ, T4, T5, T7, E3, Ls, M1, M2, Q1, Q3, Y1, Y2, Y3, Fortbildungskurse: 315 € (Mitglieder: 285 €)
3-Tageskurse : für Präsenzkurse mit chinesischen Gastdozentinnen und Gastdozenten: 405 € (Mitglieder: 375 €)
4-Tageskurse : A1, A2: 420 € (Mitglieder: 380 €)
5-Tageskurse : F4, B4, T6, S1: 525 € (Mitglieder: 475 €)

Kurs 24-312 - Abendkurs: 150 € (Mitglieder: 135 €)

Der Erfahrungsaustausch und derzeit auch die Vorträge sind gebührenfrei. Wir freuen uns über Spenden.

Bitte überweisen Sie die Kursgebühr nach Erhalt der Anmeldebestätigung, spätestens 2 Wochen vor Kursbeginn, unter Angabe von **Kursnummer**, Name und Vorname des Teilnehmenden auf **folgendes Konto:**

Medizinische Gesellschaft für Qigong Yangsheng e.V.
Postbank, IBAN DE96 3701 0050 0417 9805 09
BIC PBNKDEFF

Änderungen vorbehalten

Folgen Sie uns auch auf Facebook und Instagram.