

## **SONDERKURS**

# **Qigong und Frauengesundheit**



In diesem Kurs werden die verschiedenen Lebensphasen einer Frau thematisiert (fruchtbare Jahre mit Menstruation und Kinderwunsch, Schwangerschaft und Geburt, Wechseljahre und Älterwerden) sowie die damit einhergehenden Störungen des Gleichgewichtes und die Wiederherstellung durch Qigong. Mit ihrem Rhythmus und gleichmäßigem Fluss sind Qigong-Übungen in ganz besonderem Maße dazu geeignet, Schönheit, Weichheit und Harmonie ins Leben einer Frau zu bringen. Unabhängig von der Lebensphase wird das Thema Brustgesundheit in diesem Kurs eine Rolle spielen. Ideen aus der Traditionellen Chinesischen Medizin und des Daoismus fließen mit ein und bilden die theoretischen Grundlagen.

Zusätzlich zu den theoretischen Ausführungen werden im praktischen Teil die Übungen des Nüzi Qigong nach Dr. Liu Yafei unterrichtet.

Vorkenntnisse sind hilfreich, aber nicht erforderlich.

Warme, bequeme Kleidung und ggf. eine Decke oder ein Sitzkissen mitbringen.

**Termin:** 18./19. Juli 2026

Sa: 10 – 13 Uhr, 14.30 – 17.30 Uhr, So: 10 – 13.30 Uhr

**Ort:** Der Veranstaltungsort in München wird rechtzeitig bekannt gegeben.

**Kursgebühren:** 195 € für SMS-Mitglieder, 245 € für Nichtmitglieder

**Kursleiterin:** Dr. med. Ingrid Reuther ist niedergelassene Ärztin mit eigener TCM-Praxis in Bad Neuenahr-Ahrweiler ([www.tcm-praxis-neuenahr.de](http://www.tcm-praxis-neuenahr.de)).

Zur Anmeldung bitte den Abschnitt unten an das Sekretariat der SMS, Offene Schule, Franz-Joseph-Straße 38, 80801 München, senden. Tel: 089/75 90 57 85, Fax: 089/75 90 57 86, E-Mail an: [a.gruell@tcm.edu](mailto:a.gruell@tcm.edu) oder unter [www.tcm.edu](http://www.tcm.edu)

Hiermit melde ich mich verbindlich für den Kurs „**Qigong und Frauengesundheit**“ mit

**Dr. Ingrid Reuther** am **18./19. Juli 2026** in München an.

Name: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Telefon/E-Mail: \_\_\_\_\_

Datum, Unterschrift: \_\_\_\_\_

Die Kursgebühr bitte spätestens vier Wochen vor Kursbeginn auf das Konto der SMS, HypoVereinsbank München, Kto. 359 516 10, BLZ 700 202 70, IBAN: DE 07 7002 0270 0035 9516 10 überweisen. Eine Stornierung ist nur bis zwei Wochen vor Kursbeginn möglich. Danach können die Kosten nur erstattet werden, falls jemand von der Warteliste nachrückt.

Der Schutz Ihrer personenbezogenen Daten ist uns ein großes Anliegen. Alle Informationen hierzu finden Sie auf unserer Website unter <https://www.tcm.edu/datenschutz/>