

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](mailto:info@qigong-yangsheng.de)  
[www.qigong-yangsheng.de](http://www.qigong-yangsheng.de)

### Kursprogramm 2025 in Deutschland, in der Schweiz und ONLINE

Stand: 10. Juni 2025

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.



Kalligraphie „Kranichtanz“ von Jiao Guorui  
Aus: Leitgedanken zu Qigong Yangsheng  
in Kalligraphien von Jiao Guorui, S. 57

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

#### Januar

- |           |      |   |                    |
|-----------|------|---|--------------------|
| 3.-5.1.   | TÜ   | Übungstage zum Spiel der 5 Tiere<br>Elisabeth Friedrichs<br>In Kooperation mit der Schwabenakademie Irsee<br>Anmeldung und weitere Informationen:<br><a href="mailto:buerer@schwabenakademie.de">buerer@schwabenakademie.de</a> ,<br><a href="http://www.schwabenakademie.de">www.schwabenakademie.de</a> . | 001<br>Irsee       |
| 9.1.      | Fb   | Online-Schnupperstunde – 15 Ausdrucksformen<br>Zum Kennenlernen für Anfänger*innen<br>Sandra Willeboordse   | 062<br>ONLINE      |
| 11.1.     | Erfa | Erfahrungsaustausch<br>Elisabeth Friedrichs   | 201<br>Augsburg    |
| 14.1.     | Fb   | Online-Schnupperstunde – 8 Brokatübungen<br>Zum Kennenlernen für Anfänger*innen<br>Barbara Majowski   | 063<br>ONLINE      |
| 16.-19.1. | FB   | Zerteile die Wolken, trage den Mond - Einfache<br>Übungen des Qigong Yangsheng in Ruhe und<br>Bewegung<br>Gisela Hildenbrand  | 301<br>Holzkirchen |
| 17.-19.1. | GD   | Neiyanggong - das Innen nährnde Qigong<br>I. Sequenz „yi jin xing qi fa“ der bewegten Formen der<br>Mittelstufe, (Übungen 1-6) - Für Anfänger*innen und<br>Wiederholer*innen.<br>Zhang Qingyun  | 321<br>ONLINE      |
| 21.1.     | Vo   | Vortrag: „Soziale Medien für die eigene<br>Sichtbarkeit nutzen - Grundlegende Eigenschaften<br>von Social Media Plattformen<br>Welche Social Media Plattformen gibt es, was<br>sind ihre Eigenschaften und welche Besonder-<br>heiten gibt es zu beachten und ggf. zu nutzen?<br>Vincent Stöckl             | 401<br>ONLINE      |
| 24.1.     | Fb   | Online-Schnupperstunde – 15 Ausdrucksformen<br>Zum Kennenlernen für Anfänger*innen<br>Ingrid Reuther  | 064<br>ONLINE      |
| 25.-26.1. | F1   | 15 Ausdrucksformen, 1. Teil, Einführung<br>Claudia Confal<br>In Kooperation mit der VHS Heidelberg<br>Anmeldung und weitere Informationen:<br><a href="mailto:gulden@hag-hd.de">gulden@hag-hd.de</a> , <a href="http://www.hag-hd.de">www.hag-hd.de</a>   | 002<br>Heidelberg  |
| 25.1.     | Erfa | Erfahrungsaustausch<br>Ute Grabautzky   | 202<br>Essen       |
| 30.1.     | Vo   | Vortrag: „Der Atem im Qigong – Im Blick der<br>chinesischen und der westlichen Medizin“<br>Dr.med. Christa Zumfelde-Hüneburg  | 402<br>ONLINE      |

#### Februar

- |         |    |  |               |
|---------|----|--|---------------|
| 6.2.    | Fb | Online-Schnupperstunde – 8 Brokatübungen<br>Zum Kennenlernen für Anfänger*innen<br>Martha Bank   | 065<br>ONLINE |
| 7.-9.2. | GD | Wuxing Yangsheng Gong, Yangsheng Übungen<br>entsprechend den fünf Wandlungsphasen<br>Einführung und Wiederholung in die 1. Sequenz<br>Li Hechun, Abt | 327<br>ONLINE |

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

8.2.	TÜ	<b>Spiel der 5 Tiere / Übungstag</b>	<b>005</b>
		Micheline Schwarze	ONLINE
14.-16.2.	GD	<b>Neiyanggong - das Innen nährende Qigong</b>	<b>322</b>
		II. Sequenz „xing qi yan shou fa“ der bewegten Formen der Mittelstufe, Wiederholung - Für Fortgeschrittene	
		Liu Yafei	ONLINE
15.-16.2.	B1	<b>8 Brokatübungen, 1. Teil, Einführung</b>	<b>006</b>
		Martha Bank	Köln
15.-16.2.	R1	<b>Übungen-in-Ruhe: Tuna-Atmung, Sitzen-in-Stille</b>	<b>004</b>
		Sandra Willeboordse	Heidelberg
		In Kooperation mit der VHS Heidelberg	
		Anmeldung und weitere Informationen:	
		<a href="mailto:gulden@hag-hd.de">gulden@hag-hd.de</a> , <a href="http://www.hag-hd.de">www.hag-hd.de</a>	
15.-16.2.	L1	<b>Übungen mit Lauten aus dem Lehrsystem Qigong Yangsheng von Jiao Guorui</b>	<b>072</b>
		Gisela Hildenbrand	Oldenburg
15.-16.2.	Fb	<b>Kalligraphie und Qigong / Zwei Wege zur Kultivierung</b>	<b>302</b>
		Wang Min, Ulrike Kühn	Basel
22.2.	Fb	<b>Online-Schnupperstunde – 15 Ausdrucksformen</b>	<b>066</b>
		Zum Kennenlernen für Anfänger*innen	ONLINE
		Martha Bank	
22.-23.2.	T1	<b>Spiel der 5 Tiere Bär und Kranich, Einführung</b>	<b>007</b>
		Claudia Confal	Bonn
22.-23.2.	TLÜ	<b>Spiel der 5 Tiere und 6 Laute/ Übungstage</b>	<b>008</b>
		Ulrike Kühn	Essen
28.2.	Vo	<b>Vortrag: Träume und Traumwelten und ihre literarische Funktion ausgehend von Traumsequenzen im Roman „Vollständige Überlieferung von den Ufern der Flüsse“</b>	<b>403</b>
		Dr. Rainald Simon	ONLINE

## März

1.-2.3.	F2	<b>15 Ausdrucksformen, 2. Teil, Einführung</b>	<b>010</b>
		Rainer Kurschildgen	Heidelberg
		In Kooperation mit der VHS Heidelberg	
		Anmeldung und weitere Informationen:	
		<a href="mailto:gulden@hag-hd.de">gulden@hag-hd.de</a> , <a href="http://www.hag-hd.de">www.hag-hd.de</a>	
8.-9.3.	Fb	<b>Anatomische und physiologische Aspekte des Qigong Yangsheng</b>	<b>303</b>
		Irmela Schubert	Schneverdingen
11.3.	Fb	<b>Online-Schnupperstunde, 8 Brokatübungen</b>	<b>067</b>
		Zum Kennenlernen für Anfänger*innen	
		Franziska Gisin	ONLINE
14.3.	Vo	<b>Vortrag: Imagination – Vorstellungskraft Kants „Einbildungskraft“ und Ideen chinesischer Ästhetik</b>	<b>404</b>
		Prof. Dr. Karl-Heinz Pohl	ONLINE

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

14.-16.3.	GD	<b>Neiyanggong - das Innen nährende Qigong</b>	<b>323</b>
		Ausgewählte Übungen aus dem Nei Yang Gong zur Regulierung des Funktionskreises Leber - Für AnfängerInnen (mit Grundkenntnissen im Qigong) und WiederholerInnen	
		Liu Yafei	ONLINE
		In Kooperation mit der SMS München: Anmeldung:	
		<a href="mailto:a.gruell@tcm.edu">a.gruell@tcm.edu</a> , <a href="http://www.tcm.edu">www.tcm.edu</a>	
15.-16.3.	F1	<b>15 Ausdrucksformen, 1. Teil, Einführung</b>	<b>011</b>
		Micheline Schwarze	München
21.-23.3.	GD	<b>Wuxing Yangsheng Gong, Yangsheng Übungen entsprechend den fünf Wandlungsphasen</b>	<b>328</b>
		Einführung und Wiederholung in die 2. Sequenz	
		Li Hechun, Abt	ONLINE
22.-23.3.	T2	<b>Spiel der 5 Tiere, Tiger, Hirsch, Einführung</b>	<b>014</b>
		Petra, Maierhöfer	Bonn
22.3.	TÜ	<b>Spiel der 5 Tiere / Übungstag</b>	<b>015</b>
		Ulrike Kühn	Basel
28.3.	Fb	<b>Online-Schnupperstunde – 15 Ausdrucksformen</b>	<b>068</b>
		Zum Kennenlernen für Anfänger*innen	ONLINE
		Petra, Maierhöfer	
29.-30.3.	B2	<b>8 Brokatübungen, 2. Teil, Einführung</b>	<b>016</b>
		Martha Bank	Köln

## April

5.-6.4.	E2	<b>Emei-Methode, 2. Sequenz, Einführung</b>	<b>019</b>
		Sandra Willeboordse	Heidelberg
		In Kooperation mit der VHS Heidelberg	
		Anmeldung und weitere Informationen:	
		<a href="mailto:gulden@hag-hd.de">gulden@hag-hd.de</a> , <a href="http://www.hag-hd.de">www.hag-hd.de</a>	
11.4.	Vo	<b>Vortrag: Tiere und Tiersymbolik im Qigong und in chinesischer Kultur</b>	<b>406</b>
		Gisela Hildenbrand	ONLINE
11.-13.4.	M1	<b>Chinesische Medizin, 1. Teil, Einführung</b>	<b>027</b>
		Sandra Willeboordse	Heidelberg
		In Kooperation mit der VHS Heidelberg	
		Anmeldung und weitere Informationen:	
		<a href="mailto:gulden@hag-hd.de">gulden@hag-hd.de</a> , <a href="http://www.hag-hd.de">www.hag-hd.de</a>	
12.4.	Fb	<b>Qigong meets Art</b>	<b>311</b>
		Tagesseminar - praktische Übungen des Qigong	
		Yangsheng nach dem Lehrsystem von Prof. Jiao Guorui	
		wechseln ab mit Betrachtungen zur chinesischen Kunst- und Kulturgeschichte – Auch für Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse 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:	
		<a href="mailto:service.museumsdienst@stadt-koeln.de">service.museumsdienst@stadt-koeln.de</a>	
22.4.	Fb	<b>Chinesische Schrift und Sprache</b>	<b>310</b>
		<b>Einführung in Struktur und Besonderheiten</b>	
		<b>Abendkurs: 3 Termine - Dienstags:</b>	
		<b>22.04.25; 29.04.25 und 06.05.2025</b>	
		<b>jeweils 18:00 – 20:30 Uhr</b>	
		Dr. Anke Pieper und weitere Dozenten des LSI.	ONLINE
		Kooperation mit dem Landesspracheninstitut	
		Bochum (LSI)	

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

26.-27.4. B1 **8 Brokate, 1. Teil, Einführung** **806**  
Lang, Hanne-Doris Hamburg

## Mai

9.5. Vo **Vortrag: Der Weise erfreut sich am Wasser, der Gütige erfreut sich am Berg** **407**  
Gisela Hildenbrand Sissach  
In Kooperation mit dem China House Basel  
Anmeldung: [info@chinahouse-basel.ch](mailto:info@chinahouse-basel.ch), Tel: 062-92244

9.-11.5. B3 **8 Brokatübungen, Wiederholung** **022**  
Gerhard Berger Köln

9.-11.5. GD **Wuxing Yangsheng Gong, Yangsheng Übungen entsprechend den fünf Wandlungsphasen** **329**  
Einführung und Wiederholung in die 3. Sequenz  
Li Hechun, Abt ONLINE  
In Kooperation mit der SMS München  
Anmeldung und weitere Informationen:  
[a.gruell@tcm.edu](mailto:a.gruell@tcm.edu), [www.tcm.edu](http://www.tcm.edu)

23.5. Vo **Vortrag: „Ausgerechnet zu den Chinesen ...“** **408**  
**Deutschsprachige Abenteurerinnen in China**  
Martina Bölck, Hilke Veth ONLINE

24.-25.5. Fb **Von dantian bis zu ziran, zentrale Begriffe und Übungen aus dem Lehrsystem Qigong Yangsheng** **304**  
Martina Darga, Franziska Gisin München

24.-25.5. B2 **8 Brokatübungen, 2. Teil, Einführung** **807**  
Doris Palm Oldenburg

31.5.-1.6. T3 **Spiel der 5 Tiere, Spiel des Affen, Einführung** **070**  
Martha Bank Berlin

## Juni

7.6. Erfa **Erfahrungsaustausch** **203**  
Irmela Schubert Schneverdingen

7.6. Vo **Vortrag: Der Kranich tanzt - der Drache faucht – Tiersymbolik im Qigong Yangsheng** **405**  
Gisela Hildenbrand Schneverdingen

14.6. Erfa **Erfahrungsaustausch** **204**  
Klaus Wersche Frankfurt

14.-15.6. T1 **Spiel der 5 Tiere Bär und Kranich, Einführung** **028**  
Gerhard Berger Lübeck

15.-18.6. Q3 **Fuqi yangsheng fa "Aufnahme von Qi" Wiederholung** **029**  
Franziska Gisin Holzkirchen

25.6. Vo **Führung durch die Ausstellung: „Tuschespuren - Zeitgenössische Tuscharbeiten auf Papier von Jianfeng Pan** **409**  
Museum für Ostasiatische Kunst Köln  
Caroline Stegmann-Rennert Köln

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

27.-29.6. F3 **15 Ausdrucksformen, Wiederholung** **030**  
Claudia Confal Heidelberg  
In Kooperation mit der VHS Heidelberg  
Anmeldung und weitere Informationen:  
[gulden@hag-hd.de](mailto:gulden@hag-hd.de), [www.hag-hd.de](http://www.hag-hd.de)

27.-29.6. Erfa **Erfahrungsaustausch - Austausch und Motivationswochenende zum Thema: „Qigong Yangsheng gemeinsam gestalten“** **205**  
Miriam Tusch-Harke Künzell / Fulda

## Juli

3.-6.7. Y1 **Youfagong - Methode der Induzierten Bewegung, Einführung** **031**  
Franziska Gisin, Gisela Hildenbrand St. Ottilien

4.-6.7. T5 **Spiel der 5 Tiere Tiger, Hirsch und Affe, Wiederholung** **032**  
Ingrid Reuther Bonn

5.-6.7. Q1 **Fuqi yangsheng fa, "Aufnahme von Qi zur Kultivierung der Lebenskraft" 1. Sequenz** **018**  
Irmela Schubert Weimar

19.-20.7. F2 **15 Ausdrucksformen, 2. Teil, Einführung** **034**  
Micheline Schwarze München

19.-20.7. L1 **6-Laute-Methode, Einführung** **035**  
Ingrid Reuther Bonn

25.-27.7. B3 **8 Brokatübungen, Wiederholung** **036**  
Irmela Schubert Schneverdingen

## August

1.-4.8. Fb **Psychische Stabilisierung und Ressourcenaktivierung - Wirkfaktoren des Qigong** **305**  
Claud Fischer, Micheline Schwarze Bernried

14.-17.8. Fb **Töne, Klänge, Sprache - ihre Bedeutung im Qigong Yangsheng mit Übungen aus den Methoden: 6 -Laute, Emei, Fuqi yangsheng fa** **306**  
Gisela Hildenbrand St. Ottilien

23.-27.8. B4 **8 Brokate, Vertiefung** **048**  
Martha Bank Köln

23.-24.8. BQÜ **Übungstage zu den 8 Brokatübungen und zu Fuqi yangsheng fa "Aufnahme von Qi" zur Kultivierung der Lebenskraft** **050**  
Irmela Schubert Weimar

28.-31.8. A1 **Aufbaukurs 1** **037**  
Sandra Willeboordse Bonn

29.-31.8. E3 **Emei-Methode, Wiederholung** **038**  
Franziska Gisin Basel

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

## September

4.-7.9.	GD	<b>Wuxing Yangsheng Gong, Yangsheng Übungen entsprechend den fünf Wandlungsphasen</b>	<b>330</b>	
		Einführung und Wiederholung der 1. Sequenz des Wuxing Yangsheng Gong		
		Li Hechun, Abt		St. Ottilien
5.-7.9.	F5	<b>15 Ausdrucksformen Vertiefung - Weiterbildung</b>	<b>039</b>	
		Martha Bank		Köln
9.9.	Kq	<b>Qin-Gesprächskonzert</b>	<b>701</b>	
		Li Hechun		Frankfurt
12.-14.9.	GD	<b>Wuxing Yangsheng Gong, Yangsheng Übungen entsprechend den fünf Wandlungsphasen</b>	<b>331</b>	
		Einführung und Wiederholung der 2. Sequenz des Wuxing Yangsheng Gong		
		Li Hechun, Abt		Bonn
12.-15.9.	B5	<b>8 Brokatübungen, Vertiefung-Weiterbildung</b>	<b>040</b>	
		Micheline Schwarze		Bernried am Starnberger See
13.9.	FÜ	<b>15 Ausdrucksformen / Übungstag</b>	<b>041</b>	
		Franziska Gisin		Basel
17.9.	Kq	<b>Qin-Gesprächskonzert</b>	<b>702</b>	
		Li Hechun		Bonn
18.-21.9.	GD	<b>Wuxing Yangsheng Gong, Yangsheng Übungen entsprechend den fünf Wandlungsphasen</b>	<b>332</b>	
		Einführung und Wiederholung der 3. Sequenz des Wuxing Yangsheng Gong		
		Li Hechun, Abt		Kall - Steinfeld
19.-21.9.	Y2	<b>Youfagong - Methode der Induzierten Bewegung, Einführung</b>	<b>059</b>	
		Franziska Gisin, Gisela Hildenbrand		Opfenbach im Allgäu
19.-21.9.	Fb	<b>Qigong im Alter</b>	<b>308</b>	
		Elisabeth Friedrichs		Irsee
		In Kooperation mit der Schwabenakademie Irsee		
		Anmeldung und weitere Informationen		
		<a href="mailto:buero@schwabenakademie.de">buero@schwabenakademie.de</a> , <a href="http://www.schwabenakademie.de">www.schwabenakademie.de</a>		
20.-21.9.	P2	<b>Stehen-wie-ein Pfahl, Wiederholung</b>	<b>047</b>	
		Edeltraud Rohrmoser		Heidelberg
		In Kooperation mit der VHS Heidelberg		
		Anmeldung: <a href="mailto:gulden@hag-hd.de">gulden@hag-hd.de</a> , <a href="http://www.hag-hd.de">www.hag-hd.de</a>		
24.-28.9.	B4	<b>8 Brokatübungen, Vertiefung</b>	<b>810</b>	
		Irmela Schubert		Schneverdingen
27.-28.9.	Q1	<b>Fuqi yangsheng fa, "Aufnahme von Qi zur Kultivierung der Lebenskraft", 1. Sequenz</b>	<b>071</b>	
		Gisela Hildenbrand		Berlin
28.9.-1.10.	F3	<b>Die 15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong Wiederholung</b>	<b>044</b>	
		Petra Maierhöfer		Holzkirchen

## Oktober

1.-5.10.	T6	<b>Spiel der 5 Tiere, Vertiefung</b>	<b>045</b>	
		Franziska Gisin		Bonn

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

3.-5.10.	BFTÜ	<b>Übungstage für die 8 Brokatübungen, die 15 Ausdrucksformen und für das Spiel der 5 Tiere</b>	<b>042</b>	
		Sandra Willeboordse		Künzell
10.-12.10.	M2	<b>Chinesische Medizin, 2. Teil</b>	<b>046</b>	
		Sandra Willeboordse		Heidelberg
		In Kooperation mit der VHS Heidelberg		
		Anmeldung <a href="mailto:gulden@hag-hd.de">gulden@hag-hd.de</a> , <a href="http://www.hag-hd.de">www.hag-hd.de</a>		
10.-12.10.	GD	<b>Neiyanggong - das Innen nährnde Qigong</b>	<b>324</b>	
		Ausgewählte Übungen aus dem Neiyang Gong – Frauen-Qigong (Nüzi Qigong)		
		Liu Yafei		ONLINE
10.-25.10.	SR	<b>Studienreise nach China</b>	<b>500</b>	
		Annette Singer,		
		Prof. Dr. Wang Min, Marlies Bartl		VR China
18.-19.10.	T1	<b>Spiel der 5 Tiere, Bär und Kranich, Einführung</b>	<b>811</b>	
		Irmela Schubert		Schneverdingen
18.-19.10.	B2	<b>8 Brokatübungen, 2. Teil, Einführung</b>	<b>073</b>	
		Hanne-Doris Lang		Hamburg
24.-26.10.	Q3	<b>Fuqi yangsheng fa "Aufnahme von Qi" Wiederholung</b>	<b>049</b>	
		Ulrike Kühn		Basel
25.-26.10.	E1	<b>Emei-Methode, 1. Sequenz, Einführung</b>	<b>043</b>	
		Gerhard Berger		Lübeck
25.-28.10.	A2	<b>Aufbaukurs 2</b>	<b>058</b>	
		Elisabeth Friedrichs, Rainer Kurschildgen		Heidelberg
		In Kooperation mit der VHS Heidelberg		
		Anmeldung und weitere Informationen:		
		<a href="mailto:gulden@hag-hd.de">gulden@hag-hd.de</a> , <a href="http://www.hag-hd.de">www.hag-hd.de</a>		

## November

1.11.	TÜ	<b>Spiel der 5 Tiere / Übungstag</b>	<b>051</b>	
		Ulrike Kühn		Basel
1.-2.11.	Fb	<b>Qigong und Stimme</b>	<b>312</b>	
		Tina Hörhold		Berlin
8.-9.11.	Erfa	<b>Erfahrungsaustausch</b>	<b>206</b>	
		Franz Otto		Bonn
14.-16.11.	Y1	<b>Youfagong - Methode der Induzierten Bewegung, Einführung</b>	<b>052</b>	
		Gisela Hildenbrand, Irmela Schubert		Schneverdingen
15.-16.11.	TLÜ	<b>Übungstage für das Spiel der 5 Tiere und für die 6 Laute-Methode</b>	<b>069</b>	
		Roland Hofmann		Opfenbach im Allgäu
15.-19.11.	F4	<b>15 Ausdrucksformen, Vertiefung</b>	<b>053</b>	
		Ulrike Kühn		Heidelberg
		In Kooperation mit der VHS Heidelberg		
		Anmeldung und weitere Informationen:		
		<a href="mailto:gulden@hag-hd.de">gulden@hag-hd.de</a> , <a href="http://www.hag-hd.de">www.hag-hd.de</a>		
21.-23.11.	LS	<b>Das Lehrsystem Qigong Yangsheng - Übungen aus den Methoden des Systems im Kontext chinesischer Kultur</b>	<b>061</b>	
		Gisela Hildenbrand		Basel

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

22.-23.11.	Q2	<b>Fuqi yangsheng fa "Aufnahme von Qi"</b> 2. Sequenz, Einführung Ulrike Kühn	054	Essen
22.-23.11.	Fb	<b>Qigong in der Prävention</b> Doris Palm	309	Künzell
28.-30.11.	GD	<b>Neiyanggong - das Innen nährendes Qigong</b> I. Sequenz „yi jin xing qi fa“ der bewegten Formen der Mittelstufe, (Übungen 1-12), Für Wiederholer*innen Zhang Qingyun	325	Bad Neuenahr-Ahrweiler
29.11.	Erfa	<b>Erfahrungsaustausch</b> Götz Schirra	207	Heidelberg
29.-30.11.	T2	<b>Spiel der 5 Tiere, Tiger, Hirsch, Einführung</b> Petra Maierhöfer	812	Schneverdingen

## Dezember

3.-7.12.	S1	<b>Abschlussseminar der Grundausbildung</b> Gisela Hildenbrand, Sandra Willeboordse	055	Bonn
6.-7.12.	L2	<b>6-Laute-Methode, Wiederholung</b> Elisabeth Friedrichs	056	Augsburg
12.-14.12.	Y3	<b>Youfangong - Methode der Induzierten Bewegung, Wiederholung</b> Gisela Hildenbrand, Sandra Willeboordse	057	Heidelberg

## Anmeldung

(sofern nicht anders angegeben) per E-Mail an unser Kursbüro:

[info@qigong-yangsheng.de](mailto:info@qigong-yangsheng.de) oder über die Homepage:

[www.qigong-yangsheng.de](http://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.

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

## 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.

## Kursgebühren

**1-Tageskurse:** Übungstage: BÜ, TÜ, MÜ, FÜ, Fortbildungskurse: 115 € (Mitglieder: 110 €)

**2-Tageskurse:** Übungstage: TLÜ, ERÜ, BQÜ, 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: BFTÜ, F3, F5, B3, B5, 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 25-310 - Abendkurs:** 150 € (Mitglieder: 135 €)

**Vortrag 407 – Anlass inkl. Nachtessen: CHF 40,00 pro Person**

Der Erfahrungsaustausch (Er) 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 PBNKDEFFXXX

Änderungen vorbehalten

Folgen Sie uns auch auf Facebook und Instagram.

