

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓



## Medizinische Gesellschaft für Qigong Yangsheng e.V.

Colmantstr. 9, 53115 Bonn

Tel: 0228-696004,

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

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

### Kursprogramm 2026

### in Deutschland, in der Schweiz und ONLINE

Stand: 17. Juli 2026

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

### Januar

- 3.-5.1. B1 **Lass dich sieben Mal auf die Fersen fallen und überwinde alle Krankheiten - Qigong-Übungen aus den acht Brokaten** 001  
Elisabeth Friedrichs Irsee  
In Kooperation mit der Schwabenakademie Irsee  
Anmeldung und weitere Informationen:  
[buero@schwabenakademie.de](mailto:buero@schwabenakademie.de), [schwabenakademie.de](http://schwabenakademie.de)

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

- 10.1. Fb **Online-Schnupperstunde – 15 Ausdrucksformen**  
10:00 – 11:00 Uhr  
Zum Kennenlernen für Anfänger\*innen 076  
Rainer Kurschildgen ONLINE
- 13.1. Vo **Vortrag: Regulierte den Atem beruhige den Geist - Qigong bei Herz-Kreislaufkrankungen** 402  
Dr.med. Elisabeth Friedrichs Augsburg  
In Zusammenarbeit mit dem Ärztlichen Qualitätszirkel  
Akupunktur Augsburg-Schwaben  
Weitere Informationen: [elfrieda@aol.com](mailto:elfrieda@aol.com)
- 15.1. Vo **Vortrag: Spaziergang zu Meister Eckhart, daoistischen Texten und Qigong – „Das Herz reinigen“** 403  
Erhard Hennen Augsburg  
In Kooperation mit dem Kulturamt der Stadt Augsburg  
im Rahmen eines Raumnutzungsangebotes der Stadt  
Augsburg - Weitere Informationen: [elfrieda@aol.com](mailto:elfrieda@aol.com)
- 16.-18.1. GD **Wuxing Yangsheng Gong, Yangsheng Übungen entsprechend den fünf Wandlungsphasen** 327  
Einführung und Wiederholung in die 1. Sequenz  
Li Hechun, Abt ONLINE
- 17.1. FÜ **15 Ausdrucksformen / Onlinekurs zur Einführung**  
15:00 – 18:00 Uhr 074  
Martha Bank ONLINE
- 17.1. Vo **Vortrag: Chinesische Tiersymbolik in chinesischer Philosophie und im Qigong** 404  
PD Dr.med. Gisela Hildenbrand Augsburg  
In Kooperation mit dem Kulturamt der Stadt Augsburg  
im Rahmen eines Raumnutzungsangebotes der Stadt  
Augsburg - Weitere Informationen: [elfrieda@aol.com](mailto:elfrieda@aol.com)
- 18.1. Erfa **Erfahrungsaustausch** 205  
Elisabeth Friedrichs Augsburg
- 21.1. Fb **Online-Schnupperstunde – 15 Ausdrucksformen**  
08:00 – 09:00 Uhr  
Zum Kennenlernen für Anfänger\*innen 073  
Franziska Gisin ONLINE
- 29.1. Vo **Vortrag: Qigong - Bewegung aus dem Reich der Mitte** 401  
Gisela Hildenbrand 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)
- 30.1.-1.2. GD **Neiyanggong - das Innen nährnde Qigong** 323  
II. Sequenz "xing qi yan shou fa" der bewegten Formen der Mittelstufe, (Übungen 1-6),  
Kenntnis der I. Sequenz ist empfehlenswert  
Liu Yafei ONLINE

- 31.1.-1.2. FTÜ **15 Ausdrucksformen und Spiel der 5 Tiere / Übungstage** 003  
Ulrike Kühn Essen
- 31.1.-4.2. B4 **8 Brokatübungen, Vertiefung** 008  
Irmela Schubert Schneverdingen

### Februar

- 06.02. Fb **Online-Schnupperstunde – 8 Brokatübungen**  
15:00 – 16:00 Uhr  
Zum Kennenlernen für Anfänger\*innen 075  
Petra Maierhöfer ONLINE

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

|            |    |                                                                                                                                                                                                                                                                          |            |
|------------|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 06.2.      | Vo | <b>Vortrag: Zu den Wurzeln des Yangsheng / Bericht von der Studienreise nach China im Oktober 2025</b>                                                                                                                                                                   | <b>405</b> |
|            |    | Annette Singer                                                                                                                                                                                                                                                           | ONLINE     |
| 06.-08.02. | GD | <b>Wuxing Yangsheng Gong, Yangsheng Übungen entsprechend den fünf Wandlungsphasen</b>                                                                                                                                                                                    | <b>328</b> |
|            |    | Einführung und Wiederholung in die 2. Sequenz<br>Li Hechun, Abt                                                                                                                                                                                                          | ONLINE     |
| 7.-8.2.    | F1 | <b>15 Ausdrucksformen, 1. Teil, Einführung</b>                                                                                                                                                                                                                           | <b>004</b> |
|            |    | Martha Bank                                                                                                                                                                                                                                                              | Köln       |
| 14.2.      | QÜ | <b>Fuqi yangsheng fa "Aufnahme von Qi" Übungstag</b>                                                                                                                                                                                                                     | <b>006</b> |
|            |    | Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit Vorkenntnissen der Methode Fuqi yangsheng fa<br>Micheline Schwarze                                                                                                                                                                | Online     |
| 14.-15.2.  | Q2 | <b>Fuqi yangsheng fa "Aufnahme von Qi" 2. Sequenz, Einführung</b>                                                                                                                                                                                                        | <b>055</b> |
|            |    | Gisela Hildenbrand                                                                                                                                                                                                                                                       | Berlin     |
| 14.-15.2.  | T1 | <b>Spiel der 5 Tiere Bär und Kranich, Einführung</b>                                                                                                                                                                                                                     | <b>016</b> |
|            |    | Petra Maierhöfer                                                                                                                                                                                                                                                         | Frankfurt  |
| 21.-22.2.  | B1 | <b>8 Brokatübungen, 1. Teil, Einführung</b>                                                                                                                                                                                                                              | <b>010</b> |
|            |    | Rainer Kurschildgen<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>                                                        | Heidelberg |
| 27.2.-1.3. | LS | <b>Das Lehrsystem Qigong Yangsheng - Übungen aus den Methoden des Systems im Kontext chinesischer Kultur</b>                                                                                                                                                             | <b>011</b> |
|            |    | Gisela Hildenbrand                                                                                                                                                                                                                                                       | Köln       |
| 27.2.-1.3. | GD | <b>Neiyanggong - das Innen nährendes Qigong</b>                                                                                                                                                                                                                          | <b>321</b> |
|            |    | Ausgewählte Übungen aus dem Nei Yang Gong zur Regulierung des Funktionskreises Lunge<br>Liu Yafei<br>In Kooperation mit der SMS München:<br>Anmeldung und Zahlung: <a href="mailto:a.gruell@tcm.edu">a.gruell@tcm.edu</a> , <a href="http://www.tcm.edu">www.tcm.edu</a> | ONLINE     |
| 28.2.      | LÜ | <b>6-Laute-Methode / Übungstag</b>                                                                                                                                                                                                                                       | <b>014</b> |
|            |    | Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit Vorkenntnissen in der 6-Laute-Methode<br>Doris Palm                                                                                                                                                                               | Oldenburg  |

## März

|         |      |                                                                                                              |            |
|---------|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 6.3.    | Vo   | <b>Führung durch die Ausstellung: Pferde in den Künsten Ostasiens</b>                                        | <b>407</b> |
|         |      | Museum für Ostasiatische Kunst Köln<br>Caroline Stegmann-Rennert                                             | Köln       |
| 7.3.    | TCMÜ | <b>Auffrischung der Kenntnisse zur chinesischen Medizin mit Übungen aus dem Qigong Yangsheng / Übungstag</b> | <b>059</b> |
|         |      | Sandra Willeboordse                                                                                          | Online     |
| 7.-8.3. | Fb   | <b>Kalligraphie und Qigong / Zwei Wege zur Kultivierung</b>                                                  | <b>303</b> |
|         |      | Wang Min, Ulrike Kühn                                                                                        | Basel      |

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

|           |      |                                                                                                                                                                          |                |
|-----------|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| 7.-8.3.   | T2   | <b>Spiel der 5 Tiere Tiger und Hirsch, Einführung</b>                                                                                                                    | <b>020</b>     |
|           |      | Petra Maierhöfer                                                                                                                                                         | Frankfurt      |
| 13.-15.3. | GD   | <b>Wuxing Yangsheng Gong, Yangsheng Übungen entsprechend den fünf Wandlungsphasen</b>                                                                                    | <b>329</b>     |
|           |      | Einführung und Wiederholung in die 3. Sequenz<br>Li Hechun, Abt                                                                                                          | ONLINE         |
| 17.3.     | Vo   | <b>Vortrag: Farbenwechsel: Von Rot zu Schwarz-Weiß / Wirtschaftliche und gesellschaftliche Veränderungen im wilden Westen Chinas. (Chongqing in den Jahren 1979-82).</b> | <b>406</b>     |
|           |      | Marie-Luise Beppler-Li                                                                                                                                                   | ONLINE         |
| 20.-22.3. | GD   | <b>Neiyanggong - das Innen nährendes Qigong II. Sequenz "xing qi yan shou fa" der bewegten Formen der Mittelstufe, (Übungen 7-12), Für Fortgeschrittene</b>              | <b>324</b>     |
|           |      | Zhang Qingyun                                                                                                                                                            | ONLINE         |
| 21.-22.3. | E1   | <b>Emei-Methode, 1. Sequenz, Einführung</b>                                                                                                                              | <b>012</b>     |
|           |      | Micheline Schwarze                                                                                                                                                       | München        |
| 28.-29.3. | F2   | <b>15 Ausdrucksformen, 2. Teil, Einführung</b>                                                                                                                           | <b>013</b>     |
|           |      | Petra Maierhöfer                                                                                                                                                         | Köln           |
| 28.3.     | Erfa | <b>Erfahrungsaustausch</b>                                                                                                                                               | <b>202</b>     |
|           |      | Irmela Schubert                                                                                                                                                          | Schneverdingen |

## April

|            |     |                                                                                                                                                                                                              |            |
|------------|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 18.-19.4.  | T3  | <b>Spiel der 5 Tiere, Spiel des Affen, Einführung</b>                                                                                                                                                        | <b>031</b> |
|            |     | Petra Maierhöfer                                                                                                                                                                                             | Frankfurt  |
| 18.-19.4.  | B2  | <b>8 Brokate, 2. Teil, Einführung</b>                                                                                                                                                                        | <b>019</b> |
|            |     | 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> | Heidelberg |
| 24.4.      | Fb  | <b>Taiji &amp; Qigong Symposium „Studien &amp; Wirksamkeit“</b>                                                                                                                                              | <b>067</b> |
|            |     | Arbeitsgruppe Fachverbände                                                                                                                                                                                   | ONLINE     |
| 25.-26.4.  | BTÜ | <b>8 Brokatübungen und Spiel der 5 Tiere / Übungstage</b>                                                                                                                                                    | <b>021</b> |
|            |     | Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit Vorkenntnissen<br>Ulrike Kühn                                                                                                                                         | Basel      |
| 30.4.-3.5. | FBÜ | <b>Qigong Yangsheng und Freizeit - Kurs im Nordseebad Spiekeroog</b>                                                                                                                                         | <b>015</b> |
|            |     | Doris Palm                                                                                                                                                                                                   | Spiekeroog |

## Mai

|          |      |                                                                                                                                                                              |            |
|----------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 9.5.     | Erfa | <b>Erfahrungsaustausch</b>                                                                                                                                                   | <b>201</b> |
|          |      | Ute Grabautzky                                                                                                                                                               | Essen      |
| 9.-10.5. | Q1   | <b>Fuqi yangsheng fa, "Aufnahme von Qi zur Kultivierung der Lebenskraft" 1. Sequenz, Einführung</b>                                                                          | <b>022</b> |
|          |      | Ulrike Kühn<br>In Kooperation mit der VHS Heidelberg<br>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> | Heidelberg |

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

|           |     |                                                                              |                     |
|-----------|-----|------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| 9.-10.5.  | T1  | <b>Spiel der 5 Tiere<br/>Bär und Kranich, Einführung</b>                     | <b>023</b>          |
|           |     | Irmela Schubert                                                              | Schneverdingen      |
| 16.-30.5. | SR  | <b>Studienreise in die Qigong-Klinik Beidaihe<br/>und nach Beijing</b>       | <b>501</b>          |
|           |     | Martha Bank                                                                  | VR China            |
| 30.-31.5. | B1  | <b>8 Brokatübungen, 1. Teil, Einführung</b>                                  | <b>024</b>          |
|           |     | Gerhard Berger                                                               | Bonn                |
| 30.-31.5. | BFÜ | <b>Übungstage für die 8 Brokatübungen und für<br/>die 15 Ausdrucksformen</b> | <b>057</b>          |
|           |     | Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer<br>mit Vorkenntnissen                     |                     |
|           |     | Roland Hofmann                                                               | Opfenbach im Allgäu |

## Juni

|           |    |                                                                                                                      |                |
|-----------|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| 12.-14.6. | F3 | <b>Die 15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong<br/>Wiederholung</b>                                                      | <b>026</b>     |
|           |    | Martha Bank                                                                                                          | Köln           |
| 12.-15.6. | Fb | <b>Psychische Stabilisierung und Ressourcen-<br/>aktivierung - Wirkfaktoren des Qigong</b>                           | <b>304</b>     |
|           |    | Claus Fischer, Micheline Schwarze                                                                                    | Bernried       |
| 13.-14.6. | T2 | <b>Spiel der 5 Tiere, Tiger, Hirsch, Einführung</b>                                                                  | <b>027</b>     |
|           |    | Irmela Schubert                                                                                                      | Schneverdingen |
| 19.-21.6. | B3 | <b>8 Brokatübungen, Wiederholung</b>                                                                                 | <b>028</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> |                |
| 25.-28.6. | A1 | <b>Aufbaukurs 1</b>                                                                                                  | <b>030</b>     |
|           |    | Franziska Gisin, Elisabeth Friedrichs                                                                                | Bonn           |
| 27.-28.6. | B2 | <b>8 Brokatübungen, 2. Teil, Einführung</b>                                                                          | <b>032</b>     |
|           |    | Gerhard Berger                                                                                                       | Bonn           |
| 27.-28.6. | Fb | <b>Anatomische und physiologische Aspekte<br/>des Qigong Yangsheng</b>                                               | <b>310</b>     |
|           |    | Irmela Schubert                                                                                                      | Frankfurt      |

## Juli

|           |      |                                                                                                                                                   |                 |
|-----------|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| 4.7.      | Vo   | <b>Vortrag: Esoterik hier – Alltäglic dort</b>                                                                                                    | <b>409</b>      |
|           |      | Beginn: 19:00 Uhr                                                                                                                                 |                 |
|           |      | Prof. Dr. Michael Lackner                                                                                                                         | Online          |
| 10.-12.7. | E3   | <b>Emei-Methode, Wiederholung</b>                                                                                                                 | <b>033</b>      |
|           |      | Franziska Gisin                                                                                                                                   | Heidelberg      |
|           |      | In Kooperation mit der VHS Heidelberg                                                                                                             |                 |
|           |      | 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> |                 |
| 10.-12.7. | Erfa | <b>Erfahrungsaustausch "Qigong Yangsheng -<br/>aktiv, vernetzt und sichtbar"</b>                                                                  | <b>203</b>      |
|           |      | Miriam Tusch-Harke                                                                                                                                | Künzell / Fulda |
| 17.7.     | Fb   | <b>Offene Fragen rund um die Ausbildung?</b>                                                                                                      | <b>312</b>      |
|           |      | Information und Beratung – 17:00 – 20:00 Uhr                                                                                                      | Online          |
|           |      | Elisabeth Friedrichs, Erhard Hennen, Gisela Hildenbrand                                                                                           |                 |

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

|           |    |                                                                                                                                                                        |                             |
|-----------|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|
| 18.-19.7. | Fb | <b>Qigong und Frauengesundheit</b>                                                                                                                                     | <b>307</b>                  |
|           |    | Ingrid Reuther                                                                                                                                                         | München                     |
|           |    | In Kooperation mit der SMS München:<br>Anmeldung und Zahlung: <a href="mailto:a.gruell@tcm.edu">a.gruell@tcm.edu</a> ,<br><a href="http://www.tcm.edu">www.tcm.edu</a> |                             |
| 24.-27.7. | T7 | <b>Spiel der 5 Tiere, Vertiefung-Weiterbildung</b>                                                                                                                     | <b>035</b>                  |
|           |    | Micheline Schwarze                                                                                                                                                     | Bernried am Starnberger See |

## August

|           |      |                                                                                                             |                |
|-----------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| 14.-16.8. | T4   | <b>Spiel der 5 Tiere, Bär und Kranich,<br/>Wiederholung</b>                                                 | <b>038</b>     |
|           |      | Peter Valentin                                                                                              | Schneverdingen |
| 20.-23.8. | BLTÜ | <b>Übungstage zu den 8 Brokatübungen,<br/>zur 6-Laute Methode und zum Spiel der 5 Tiere</b>                 | <b>037</b>     |
|           |      | Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit<br>Vorkenntnissen in den 8 Brokatübungen<br>und im Spiel der 5 Tiere |                |
|           |      | Hanne-Doris Lang                                                                                            | Drübeck        |
| 21.-23.8. | T5   | <b>Spiel der 5 Tiere, Tiger, Hirsch und Affe,<br/>Wiederholung</b>                                          | <b>062</b>     |
|           |      | Franziska Gisin                                                                                             | Frankfurt      |
| 26.-30.8. | F4   | <b>15 Ausdrucksformen, Vertiefung</b>                                                                       | <b>040</b>     |
|           |      | Martha Bank                                                                                                 | Köln           |
| 29.-30.8. | A2   | <b>Aufbaukurs 2 / Teil 1</b>                                                                                | <b>041</b>     |
|           |      | Elisabeth Friedrichs                                                                                        | Künzell/Fulda  |

## September

|           |    |                                                                                                                                                                                 |                     |
|-----------|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| 4.-6.9.   | B3 | <b>8 Brokatübungen, Wiederholung</b>                                                                                                                                            | <b>042</b>          |
|           |    | Barbara Majowski                                                                                                                                                                | Bonn                |
| 12.-13.9. | Fb | <b>Qigong in der Prävention</b>                                                                                                                                                 | <b>308</b>          |
|           |    | Doris Palm                                                                                                                                                                      | Köln                |
| 18.-20.9. | M1 | <b>Chinesische Medizin, 1. Teil, Einführung</b>                                                                                                                                 | <b>043</b>          |
|           |    | Elisabeth Friedrichs                                                                                                                                                            | Irsee               |
|           |    | In Kooperation mit der Schwabenakademie Irsee                                                                                                                                   |                     |
|           |    | Anmeldung und weitere Informationen:<br><a href="mailto:buero@schwabenakademie.de">buero@schwabenakademie.de</a> , <a href="http://schwabenakademie.de">schwabenakademie.de</a> |                     |
| 18.-20.9. | T5 | <b>Spiel der 5 Tiere, Tiger, Hirsch und Affe,<br/>Wiederholung</b>                                                                                                              | <b>044</b>          |
|           |    | Franziska Gisin                                                                                                                                                                 | Schneverdingen      |
| 19.-20.9. | F1 | <b>15 Ausdrucksformen, 1. Teil, Einführung</b>                                                                                                                                  | <b>801</b>          |
|           |    | Sandra Willeboordse                                                                                                                                                             | Künzell/Fulda       |
| 25.-27.9. | Q3 | <b>Fuqi yangsheng fa "Aufnahme von Qi"</b>                                                                                                                                      | <b>058</b>          |
|           |    | Wiederholung                                                                                                                                                                    |                     |
|           |    | Gisela Hildenbrand                                                                                                                                                              | Opfenbach im Allgäu |
| 26.-27.9. | P1 | <b>Stehen-wie-ein Pfahl, Einführung</b>                                                                                                                                         | <b>045</b>          |
|           |    | Micheline Schwarze                                                                                                                                                              | 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>                                                            |                     |
| 26.-27.9. | T1 | <b>Spiel der 5 Tiere<br/>Bär und Kranich, Einführung</b>                                                                                                                        | <b>046</b>          |
|           |    | Matha Bank                                                                                                                                                                      | Berlin              |

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

## Oktober

|              |      |                                                                                                                                                                                                                                                    |                                      |
|--------------|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| 2.10.        | MV   | <b>Mitgliederversammlung 2026 - Hybrid Präsenz- oder ONLINE-Teilnahme möglich</b><br>Beginn, 17:00 Uhr                                                                                                                                             | <b>901</b><br>Bonn                   |
| 3.-4.10.     |      | <b>35 Jahre Medizinische Gesellschaft für Qigong Yangsheng e.V. - Vielfältige Begegnungen rund um das Lehrsystem Qigong Yangsheng</b>                                                                                                              | <b>070</b><br>Bonn                   |
| 10.-11.10.   | Q2   | <b>Fuqi yangsheng fa "Aufnahme von Qi" 2. Sequenz, Einführung</b><br>Irmela Schubert                                                                                                                                                               | <b>047</b><br>Weimar                 |
| 10.-11.10.   | F2   | <b>15 Ausdrucksformen, 2. Teil, Einführung</b><br>Franziska Gisin                                                                                                                                                                                  | <b>802</b><br>Künzell/Fulda          |
| 16.-18.10.   | GD   | <b>Neiyanggong - das Innen nährendes Qigong</b><br>II. Sequenz "xing qi yan shou fa" der bewegten Formen der Mittelstufe, (Übungen 1-12), Für Wiederholer*innen<br>Zhang Qingyun                                                                   | <b>325</b><br>Bad Neuenahr-Ahrweiler |
| 17.10.       | BÜ   | <b>8 Brokate / Übungstag</b><br>Hanne-Doris Lang                                                                                                                                                                                                   | <b>056</b><br>Hamburg                |
| 17.10.       | Erfa | <b>Erfahrungsaustausch</b><br>Gisela Hildenbrand                                                                                                                                                                                                   | <b>206</b><br>Frankfurt              |
| 24.10.       | TÜ   | <b>Spiel der 5 Tiere / Übungstag</b><br>Ulrike Kühn                                                                                                                                                                                                | <b>066</b><br>Basel                  |
| 24.-28.10.   | B4   | <b>8 Brokatübungen, Vertiefung</b><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> | <b>048</b><br>Heidelberg             |
| 30.10.-1.11. | M2   | <b>Chinesische Medizin, 2. Teil, Einführung</b><br>Sandra Willeboordse                                                                                                                                                                             | <b>052</b><br>Bonn                   |

## November

|            |      |                                                                                                                                                                                                      |                              |
|------------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| 7.-8.11.   | E2   | <b>Emei-Methode, 2. Sequenz, Einführung</b><br>Micheline Schwarze                                                                                                                                    | <b>049</b><br>München        |
| 13.-15.11. | Y3   | <b>Youfagong - Methode der Induzierten Bewegung, Wiederholung</b><br>Franziska Gisin, Sandra Willeboordse                                                                                            | <b>063</b><br>Schneverdingen |
| 14.-15.11. | A2   | <b>Aufbaukurs 2 / Teil 2</b><br>Hanne-Doris Lang                                                                                                                                                     | <b>050</b><br>Köln           |
| 20.-22.11. | GD   | <b>Neiyanggong - das Innen nährendes Qigong</b><br>Ausgewählte Übungen aus dem Nei Yang Gong – Qigong und Frauengesundheit (Nüzi Qigong) - Vorkenntnisse in Qigong sind empfehlenswert.<br>Liu Yafei | <b>322</b><br>ONLINE         |
| 21.-22.11. | Q1   | <b>Fuqi yangsheng fa, "Aufnahme von Qi zur Kultivierung der Lebenskraft" 1. Sequenz, Einführung</b><br>Ulrike Kühn                                                                                   | <b>051</b><br>Essen          |
| 21.11.     | Erfa | <b>Erfahrungsaustausch</b><br>Götz Schirra                                                                                                                                                           | <b>204</b><br>Heidelberg     |

Beim Anmelden und Bezahlen bitte Kursnummer angeben ↓

|            |    |                                                                                                                                                         |                     |
|------------|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| 27.-29.11. | Fb | <b>Töne, Klänge, Sprache - ihre Bedeutung im Qigong Yangsheng mit Übungen aus den Methoden: 6 -Laute, Emei, Fuqi yangsheng fa</b><br>Gisela Hildenbrand | <b>309</b><br>Basel |
|------------|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|

## Dezember

|            |    |                                                                                                         |                              |
|------------|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| 2.-6.12.   | S1 | <b>Abschlussseminar der Grundausbildung</b><br>Gisela Hildenbrand, Sandra Willeboordse                  | <b>053</b><br>Schneverdingen |
| 4.-6.12.   | B5 | <b>Die 8 Brokatübungen Vertiefung-Weiterbildung</b><br>Gerhard Berger                                   | <b>068</b><br>Künzell/Fulda  |
| 9.-13.12.  | T6 | <b>Spiel der 5 Tiere, Vertiefung</b><br>Sandra Willeboordse                                             | <b>054</b><br>Schneverdingen |
| 18.-20.12. | Y1 | <b>Youfagong - Methode der Induzierten Bewegung, Einführung</b><br>Gisela Hildenbrand, Barbara Majowski | <b>065</b><br>Berlin         |

## Vorankündigungen 2027

### Januar 2027

|          |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                     |
|----------|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| 8.-10.1. | F1 | <b>„Zerteile die Wolken – halte den Mond“</b><br>Ausgewählte Übungen aus den 15 Ausdrucksformen des Taiji Qigong<br>Elisabeth Friedrichs<br>In Kooperation mit der Schwabenakademie Irsee<br>Anmeldung und weitere Informationen:<br><a href="mailto:buero@schwabenakademie.de">buero@schwabenakademie.de</a> , <a href="http://schwabenakademie.de">schwabenakademie.de</a> | <b>001</b><br>Irsee |
|----------|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|

### April 2027

|            |     |                                                                                                                                      |                          |
|------------|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| 29.4.-2.5. | FBÜ | <b>Qigong Yangsheng und Freizeit - Kurs im Nordseebad Spiekeroog</b><br>Die 15 Ausdrucksformen und die 8 Brokatübungen<br>Doris Palm | <b>015</b><br>Spiekeroog |
|------------|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|

## 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.  
**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. –

**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 ↓

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

**½-Tageskurs:** FÜ (2026-074): 58 € (Mitglieder: 55 €)

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

**2-Tageskurse:** Übungstage: FTÜ, BTÜ, FBÜ, A2/Teil 1, A2/Teil2, 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: BLTÜ, 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: 420 € (Mitglieder: 380 €)

**5-Tageskurse:** F4, B4, T6, S1: 525 € (Mitglieder: 475 €)

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.

