

QiGong

Qigong ist ein Bestandteil der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Es beruht auf einer ganzheitlichen Gesundheitsvorstellung, die Körper, Geist und Seele umfasst.

Ziel des QiGong ist es, durch körperliche wie energetische Bewegungen und durch Entspannung unsere geistige und körperliche Gesundheit zu fördern. Die Übungen des QiGong helfen uns, sowohl verbrauchte Energien aufzufrischen als auch neue Energien aufzutanken.

Ziel meiner Kurse ist es, die Grundlagen des QiGong kennenzulernen und einzuüben.

Kursort

Evangelisches Gemeindehaus
Heilig-Geist - Großer Saal (1. Stock)
Am Doktorsfeld 13



Information und Anmeldung:

Bernard Pasche

Heuchlinger Strasse 16
90482 Nürnberg

Telefon: 0911 180 98 95

info@bernard-pasche.de
www.bernard-pasche.de

Nach der Anmeldung erhalten Sie eine schriftliche Bestätigung mit den Teilnahmebedingungen.

Leitung:

Bernard Pasche



Dipl.-Sozialarbeiter
QiGong Lehrer
NLP-Lehrtrainer
Coach



QiGong - Handauflegen - Beratung

Programm Laufamholz

Herbst 2021

QiGong - Kurse



*Folge Deinem
Herzen*



Programmübersicht

Herbst 2021

QiGong am Feierabend

montags 17:30 Uhr bis 18:30 Uhr
Evangelisches Gemeindehaus
Heilig-Geist - Großer Saal (1. Stock)
Am Doktorsfeld 13, Laufamholz

QiGong am Vormittag

dienstags 09:00 Uhr bis 10:00 Uhr - wöchentlich
Evangelisches Gemeindehaus
Heilig-Geist - Großer Saal (1. Stock)
Am Doktorsfeld 13, Laufamholz

Herz - QiGong am Vormittag

donnerstags 09:00 Uhr bis 10:00 Uhr - wöchentlich
Evangelisches Gemeindehaus
Heilig-Geist - Großer Saal (1. Stock)
Am Doktorsfeld 13, Laufamholz

Alle Kurse finden unter den vom Gesundheitsamt Nürnberg und der Evang.-Luth. Kirchengemeinde **vorgegebenen Hygienebedingungen** im Bezug auf CORONA statt. Das entsprechende Hygienekonzept finden Sie unter:
www.bernard-pasche.de/hygienekonzept.html
Das Hygienekonzept ist Bestandteil der Teilnahmebedingungen.

QiGong am Feierabend

montags 17:30 Uhr bis 18:30 Uhr

Der Kurs umfasst 9 Einheiten und kostet 72,00 €

Termine:

- 27. September 2021
- 04. Oktober 2021
- 18. Oktober 2021
- 25. Oktober 2021
- 08. November 2021
- 15. November 2021
- 29. November 2021
- 06. Dezember 2021
- 13. Dezember 2021

QiGong am Vormittag

dienstags 9:00 Uhr bis 10:00 Uhr

Der Kurs umfasst 10 Einheiten und kostet 80,00 €

Termine:

- 28. September 2021
- 05. Oktober 2021
- 12. Oktober 2021
- 19. Oktober 2021
- 26. Oktober 2021
- Herbstferien ---
- 09. November 2021
- 16. November 2021
- 23. November 2021
- 30. November 2021
- 07. Dezember 2021

Herz - QiGong

Der Begriff „Herz“ umfasst nach der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) sowohl die physiologischen Systeme wie Herz- und Blutkreislauf als auch das gesamte Nervensystem. **Herz-QiGong**, als eine Form von QiGong, dient der Pflege des Herzens und der Beruhigung des Blutes.

Die schönen und elastischen Bewegungen des QiGong zur Herzpflege sind sehr effektiv. Es macht Freude, sie zu erlernen und zu praktizieren.

donnerstags 09:00 Uhr bis 10:00 Uhr

Der Kurs umfasst 10 Einheiten und kostet 80,00 €

Termine:

- 30. September 2021
- 07. Oktober 2021
- 14. Oktober 2021
- 21. Oktober 2021
- 28. Oktober 2021
- Herbstferien ---
- 11. November 2021
- 18. November 2021
- 25. November 2021
- 02. Dezember 2021
- 09. Dezember 2021

