

Tao Yoga-Basiskurs Wochenend-Workshop

Tao Yoga ist die Bezeichnung für das Qigong-System nach Großmeister Mantak Chia. Irina Schenker ist ausgebildete Instruktorin in diesem System und führt an diesem Wochenende die Teilnehmer in die Basistechniken des Tao Yoga ein. Der Kurs wird langsam aufgebaut, sodass ein intensives Erlernen der Übungen möglich ist und das Wochenende zugleich eine gute Möglichkeit bietet, die Wirkung voll zu entfalten, um sich nach dem Wochenende gestärkt und erholt wieder dem Alltag widmen zu können. Alle Übungen werden genau erklärt, so dass der Kurs für Menschen mit und ohne Vorkenntnisse geeignet ist.

- Inhalt:** Das Innere Lächeln, Die Sechs Heilenden Laute, Der Energiekreislauf, Positionen aus dem Eisenhemd-Qigong, DaoYin-Übungen,...
- Zeiten:** 09./ 10. Oktober 2021
Samstag von 10.00–13.00 Uhr und 15.00–18.00 Uhr
Sonntag von 10.00–13.00 Uhr und 15.00–18.00 Uhr
- Kursort:** Ballettschule Tanzpunkt,
Zettlerstraße 36, 86415 Mering
- Kosten:** 180 € (160 € für Wiederholer)
- Mitbringen:** Unterlage und Decke
- Anmeldung:** Irina Schenker: info@taichi-augsburg.de
0821-71 47 49



irinaschenker

Taijiquan Qigong Reiki

Info: Irina Schenker
Kleestraße 11
86316 Friedberg
0821 – 71 47 49
info@taichi-augsburg.de
www.taichi-augsburg.de
IBAN: DE45 5001 0517 5420 4627 87