



WUSHU TAICHI
AKADEMIE

QIGONG 2018

Qigong SiBao „Vier Schätze Asiens“ **Leitung: Wu Mei Ling**

Qigong SiBao ist ein System von Gesundheitsübungen aus China.
Die Übungen sind einfach und wirkungsvoll.

Geeignet für Menschen jeden Alters, die entspannt und ohne Druck
etwas für ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden tun möchten.

**Basis ist das Qigong aus der traditionellen chinesischen Medizin.
Es wird sinnvoll ergänzt durch Elemente aus Taichi, Wushu und Yoga.**

Dieser Kurs wurde von unserer Cheftrainerin Sifu Wu Mei Ling entwickelt.
Sie leitet den Kurs persönlich.

Das Programm fördert Gelassenheit, Ruhe, Beweglichkeit, Energie.
„Qigong SiBao vereint in genialer Weise das Ruhige und das Dynamische.“
Geeignet für Anfänger wie für Erfahrene.

Anmeldung	bitte vorab per E-Mail, telefonisch oder persönlich
Bezahlung	bar am ersten Kurstag
Mitbringen	lockere Kleidung, saubere leichte Hallenschuhe, z.B. Taichi-Schuhe
Kursbeitrag	siehe Kursdaten unten. Einzelteilnahme 15 €.
web	www.wushu.de/qigong-sibao.html

Nachmittagskurs Montag 17-18

Januar 7 x | 92 €
15. - 22. - 29. Jan., 5. - 19. - 26. Feb., 5. März

März 3 x | 40 €
12. - 19. - 26. März

April 7 x | 92 €
9. - 16. - 23. April, 7. - 14. - 28. Mai, 4. Juni

Juni 4 x | 53 €
11. - 18. - 25. Juni, 2. Juli

September 8 x | 105 €
10. - 17. - 24. Sept., 8. - 15. - 22. - 29. Okt., 5. Nov.

November 4 x | 53 €
12. - 19. - 26. November, 3. Dezember

Vormittagskurs Mittwoch 9-10

Januar 8 x | 105 €
17. - 24. - 31. Jan., 7. - 14. - 21. - 28. Feb., 7. März

März 3 x | 40 €
14. - 21. - 28. März

April 8 x | 105 €
11. - 18. - 25. April, 2. - 9. - 16. - 30. Mai, 6. Juni

Juni 4 x | 53 €
13. - 20. - 27. Juni, 4. Juli

September 8 x | 105 €
12. - 19. - 26. Sept., 10. - 17. - 24. - 31. Okt., 7. Nov.

November 4 x | 53 €
14. - 21. - 28. November, 5. Dezember

DR. MARTIN RÜTTENAUER
MEI LING WU
PASCAL RÜTTENAUER
ZÄHRINGERPLATZ 32
78464 KONSTANZ
T +49 (0) 7531 24831
INFO@WUSHU.DE
WWW.WUSHU.DE