



---

**Shibashi – Qi Gong – Ausbildung**  
Neu Start am Mittwoch, 1. April 2026

---

„Shibashi ist Poesie  
in Bewegung,  
die Kunst loszulassen.“

Sr. Marimil Lobregat



Für angehende Shibashi Qi Gong - Lehrende

---



**Inhalte:**

- Üben, Vertiefen und Verfeinern folgender Formen:
  - Stilles Shibashi
  - Fliessendes Shibashi
  - Harmonizing the whole Being
  - Harmonizing Heaven & Earth
  - Yin und Yang Form der 5 Jahreszeiten
  - Energy Greeting Movements Qi Gong
- Qi-Energie erfahren und kultivieren in den Formen: mit einfachen Qi-Übungen, Energiekreislauf etc.
- Beachten der Energiepunkte (Meridianpunkte) in der Bewegung
- Wahrnehmungs- und Haltungsübungen zur Verfeinerung der Grundhaltung
- Erforschen der Qualitäten der Jahreszeiten in einzelnen Bewegungen
- Impulse und Austausch zur Methodik: Shibashi als Meditation in Bewegung erfahren und weitervermitteln
- Spiritueller Hintergrund des Shibashi: Impulse und Austausch zur inneren Verbindung von Taoismus und christlicher Schöpfungsspiritualität
- Hinweise auf Musik und sonstige Hilfsmittel

**Eingeladen sind all jene,**

- die eine Übungsgruppe vor Ort aufbauen wollen und/oder leiten
- die als Shibashi-LehrerInnen Shibashi-Kurse anbieten
- die sich eine intensive Vertiefung in verschiedene Formen des Shibashi-Qi Gong gönnen wollen

**Voraussetzungen:**

- Stilles Shibashi kennen und selbstständig durch die Form finden.  
Regelmässige Übungspraxis

**Termine:**

mittwochs, jeweils 9.30 – 16.15 Uhr: 1. April / 6. Mai / 3. Juni / 1. Juli / 19. Aug. / 16. Sept. / 28. Okt. / 25. Nov. 2026 und 20. Jan. / 10. Febr. 2027

**Kursort:** Dojo Würzenbach Luzern

**Kurskosten:** Fr. 1'600.- für alle 10 Tage

**Konditionen:**

- Bestätigung als Shibashi-Lehrperson bei der Teilnahme an mind. 8 Ausbildungstagen
- Es gelten für Ausbildungen wie diese die allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) der Lebensgrund GmbH (Siehe AGB unter: [www.lebensgrund.ch](http://www.lebensgrund.ch))
- Einmal begonnen, kann das Kursgeld bei Abbruch des Lehrgangs nicht zurückerstattet werden. (*Wir empfehlen den Abschluss einer Annulationskosten-Versicherung*)

**Leitungsteam:**

Antoinette Brem & Barbara Lehner  
Ausbildnerinnen shibashi-net.ch, freischaffende Theologinnen, tätig in der Begleitung von Menschen in Lebensübergängen. Akkreditierte Qi Gong Lehrerinnen, ausgebildet von Marimil Lobregat, Chi Chinese Healing College, Australien und Mary John Mananzan, Philippinen.

**Anmeldung: *schriftlich bis spätestens 25. März 2026* an**

Antoinette Brem,  
Obergrundstrasse 65,  
6003 Luzern  
Tel. 041 310 98 51, M: 079 771 23 50  
Mail: [brem@lebensgrund.ch](mailto:brem@lebensgrund.ch)

***Ich melde mich verbindlich an: Shibashi – Qi Gong – Ausbildung 2026***

Name \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_ PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Tel. Festnetz \_\_\_\_\_ Handy \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

Datum:

Unterschrift: