



DI 17.10.2023  
**LUFT**

Herbst – Lunge/Dickdarm

9.30 – 16.15 Uhr

**Den Wandel von Yin & Yang leben**

**Abschiedlich leben –  
 Wesentlich werden**

Stilles Shibashi  
 Fließendes Shibashi  
 Energy Greeting Movements  
**Wu Shu**  
**Hamonizing Heaven & Earth**

**Spirit. / method. Impuls**

Qi-Fluss aktivieren:  
 - Energietore und Shibashi Qi Gong  
 - Funktionskreis Lunge / Dickdarm  
 - Praktische Übungen und  
 methodischer Austausch

**Ort:** Dojo Würzenbach, Luzern

**Kosten:** Alle 5 Tage Fr. 650.-

**Einzeltag:** Fr. 150.-



DI 07.11.2023  
**WASSER**

Winter – Niere/Blase

9.30 – 16.15 Uhr

**Zusammenhänge erahnen –  
 Alles ist eins im Sein, im Jetzt.**

**Wu wei – in der stillen Präsenz  
 wird Neues geboren**

**Stilles Shibashi**  
 Harmonizing Heaven & Earth  
 Energy Greeting Movements

Abschluss Follow-up Tage 2023 und  
 Vorschau 2024

**Spirit. / method. Impuls**

Qi-Fluss aktivieren:  
 - Energietore und Shibashi Qi Gong  
 - Funktionskreis Niere / Blase  
 - Praktische Übungen und  
 methodischer Austausch

**Leitung, Auskunft und Anmeldung:**

A. Brem / B. Lehner [brem@lebensgrund.ch](mailto:brem@lebensgrund.ch)  
 oder 079 771 23 50



## Himmel und Erde verbinden



**Follow-up Vertiefungstage  
 Shibashi Qi Gong**

**2023**





DI 07.03.2023  
**HOLZ**

Frühling – Leber/Gallenblase

9.30 – 16.15 Uhr

**Verwurzelt in Bewegung sein**

**Leben wagen –  
 in der Lebenskraft des Trotzdem**

**Stilles Shibashi**  
 Fließendes Shibashi  
**Energy Greeting Movements**  
 Harmonizing the whole being  
 Yin- und Yang-Form der 5 Jahreszeiten  
**Spirit. / method. Impuls**  
 Qi-Fluss aktivieren:  
 - Energietore und Shibashi Qi Gong  
 - Funktionskreis Leber / Gallenblase  
 - Praktische Übungen und  
 methodischer Austausch

- > **Einen Tag Auszeit**
- > **Impulse Methodik des Vermittelns**
- > **Gemeinsames Üben – Austausch**



DI 30.05.2023  
**FEUER**

Sommer – Herz/Dünndarm

9.30 – 16.15 Uhr

**Den Herzraum öffnen**

**Licht entfalten –  
 herzverbunden mit Himmel und Erde**

Stilles Shibashi  
 Fließendes Shibashi  
 Harmonizing Heaven & Earth  
**Yin- und Yang-Form der 5 Jahreszeiten,  
 mit River Flowing from the Heart and  
 Returning to Mother Earth**  
**Spirit. / method. Impuls**  
 Qi-Fluss aktivieren:  
 - Energietore und Shibashi Qi Gong  
 - Funktionskreis Herz / Dünndarm  
 - Praktische Übungen und  
 methodischer Austausch



DI 29.08.2023  
**ERDE**

Spätsommer – Magen/Milz

9.30 – 16.15 Uhr

**Die Mitte stärken**

**Fülle erfahren –  
 Im Wechsel von Yin und Yang leben**

Stilles Shibashi  
**Fließendes Shibashi**  
 Wu Shu  
**Harmonizing the whole being**  
 Energy Greeting Movements  
**Spirit. / method. Impuls**  
 Qi-Fluss aktivieren:  
 - Energietore und Shibashi Qi Gong  
 - Funktionskreis Magen / Milz  
 - Praktische Übungen und  
 Methodischer Austausch

- > **Auffrischen der diversen Formen**
- > **Möglichkeit zur Korrektur**
- > **Vertiefung Spiritualität der Shibashi  
 Qi Gong Formen**