

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

Sr. Marimil Lobregat



Shibashi – Qi Gong – Ausbildung

Start am Mittwoch, 4. Febr. 2026



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: 4. Febr. / 4. März / 1. April / 6. Mai / 3. Juni / 1. Juli / 19. Aug. / 16. Sept. / 28. Okt. / 25. Nov. 2026

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)
- Einmal begonnen, kann das Kursgeld bei Abbruch des Lehrgangs nicht zurückerstattet werden. *(Wir empfehlen den Abschluss einer Annullationskosten-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 28. Jan. 2026 an**

Antoinette Brem,
Obergrundstrasse 65,
6003 Luzern
Tel. 041 310 98 51, M: 079 771 23 50
Mail: 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: