



Bruchmatt

Noch einmal
des Gartens Schönheit genießen
auf die Stille horchen
genährt im Zusammensein
verspüren und verkosten
der Jahreszeiten Wechselspiel
im Atem des Lebens
dankbar bewegt

Barbara Lehner



Shibashi – Qi Gong – Follow up 2018



Shibashi ist Poesie in Bewegung,
die Kunst loszulassen.“

Sr. Marimil Lobregat

Wir laden ein:

Shibashi Qi Gong Lehrende und jene, die schon länger mit Shibashi und weiteren Qi Gong Formen unterwegs sind.

Wir öffnen im Follow up Shibashi Erfahrungsräume, um

- [die Qualitäten der Jahreszeiten zu erforschen](#) - mit spirituellen Impulsen und Bezügen zur Meridianlehre Körperspiritualität zu erleben
- [Grundhaltungen und Bewegungsqualitäten zu vertiefen](#) - durch methodische Impulse
- [das Üben als Entdeckungsreise zu erfahren](#) – in der Gruppe und individuell Meditation in Bewegung leben

Wir üben, vertiefen und verfeinern folgende Formen:

- Stilles und fließendes Shibashi
 - Harmonizing the whole Being und Harmonizing Heaven & Earth
 - Yin und Yang Form der 5 Jahreszeiten
 - Energy Greeting Qi Gong
-
- Fire Energy Qi Gong - für Interessierte jeweils eine Sequenz à 30 Min.

Kursort: Seminarhaus Bruchmatt in Luzern (zum letzten Mal)

Kurskosten: Fr. 150.- pro Tag, Abo alle 5 Tage: Fr. 650.-

Mittagessen: je Fr. 26.-

Konditionen:

- Es gelten für Weiterbildungen wie diese die allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) der Lebensgrund GmbH. (Siehe AGB unter: www.lebensgrund.ch)
- Solidaritätsbeitrag: 10% des Kursgelds geht an Projekte auf den Philippinen

Leitungsteam:

Antoinette Brem & Barbara Lehner

Leiterinnen Shibashi-Netzwerk Schweiz, 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.

2018 - Themen und Termine (jeweils 09.30-16.15 Uhr)

DO 22. Febr. – Winter: Stille zulassen - horchend im Fluss sein

MI 25. April – Frühling: Leben wagen - im Lichtfunken der Erneuerung

MI 20. Juni – Sommer: Licht entfalten - aus dem Herzen leben

MI 12. Sept. – Spätsommer: Reife erfahren - im Lassen Fülle finden

MI 21. Nov. – Herbst: Abschiede leben – im Ausatmen wurzeln

Anmeldung: schriftlich (per Mail oder Post) bis 10. Febr. 2018 an

Antoinette Brem, Bruchmattstrasse 7,6003 Luzern, Tel. 041 310 98 51, M: 079 771 23 50, Mail: brem@lebensgrund.ch

→ Bitte Passendes unten ankreuzen:

Ich schenke mir Tage der Auszeit und melde mich definitiv an für folgende(n) Tag(e): → bitte ausgewählte Tage unterstreichen:

22. Febr. / 25. April / 20. Juni / 12. Sept. / 21. Nov. 2018

Ich gönne mir intensive Vertiefung und melde mich definitiv an für alle 5 Follow up Tage zum reduzierten Abo-Preis von Fr. 650.- statt 750.-

Name _____ Vorname _____

Strasse _____ PLZ/Ort _____

Tel. Festnetz _____ Handy _____

E-mail: _____

Ich esse fleischlos: ja nein

Datum:

Unterschrift: