



KRAFT DER VIER TIERE

17./18.3. 2018 in Grünau bei Bad Salzuflen

Wir nutzen die „Kraft der Tiere“, um uns eigenes Verhalten bewusst und damit auch veränderbar zu machen. Dabei dienen die Qigong-Formen Bär, Kranich, Tiger und Schlange als Metaphern und Sinnbilder für grundsätzliche Lebens- und Konfliktqualitäten.

Durch alltagsbezogene Analogien begleiten die Übungen die Weiterentwicklung auf den Ebenen der Begegnung - mit sich selbst und anderen und werden so zum „angewandten Qigong“.

Qigong Dancing, eine Synergie von westlichen und östlichen Bewegungs- und Denkansätzen betont die Wechselwirkung von Körperhaltung und seelisch-geistigem Empfinden. So kann Gesunderhaltung mit dem Bedürfnis nach persönlichem Ausdruck, Entwicklung und innerem Wachstum verbunden werden. Es geht zunächst um erfahren, erkennen, gestalten, reflektieren.

Es braucht Neugierde und die Offenheit „über den Tellerrand zu schauen“, die Körperübungen sind für jedes Alter geeignet. Bitte bequeme Trainingskleidung, rutschfeste Socken (keine Turnschuhe) und eine Decke oder Sitzkissen mitbringen. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung.

Leitung: Gertrud Schröder - long ping

Zeiten: Samstag 10 - 18 Uhr, Sonntag 9 - 13 Uhr

Veranstaltungsort: Graf Recke Pädagogik gGmbH, Region Westfalen Lippe, Heilpädagogisch-therapeutische Einrichtung Grünau, Mittelst. 45, 32108 Bad Salzuflen

Kosten: 160 €

Am Samstag Abend 18:30 Uhr wird es eine Aufführung mit der Mädchengruppe geben sowie ein Konzert mit AlienVoices und weiteren Überraschungen.

Anmeldung: Gertrud Schröder, Rankackerweg 27, 79114 Freiburg
Tel. 0049/761/471485. Email: info@friedlicherdrache.de

Die Anmeldung ist bestätigt mit der Überweisung auf das Konto von Gertrud Schröder.

Den Betrag bitte auf folgendes Konto überweisen:
Gertrud Schröder Postbank, BIC: PBNKDEFFIBAN: DE23 6601 0075 0337 9747 52

Weitere Informationen:

Matthias Guder email: m.guder@graf-recke-stiftung.de (Übernachtungshinweise)

Ute Busse, Tel: 05731 - 53401 email: rachengold@t-online.de