



# QI GONG & TAI CHI mit Chin-Ching Juang

**Die Einnahmen für die Kursangebote gehen zu gleichen Teilen an das Kloster Buddhas Weg und das Hilfsprojekt in Vietnam „Chance to Grow“.**

## Zur Kursleiterin:

- Taiwanerin, spricht Deutsch, Englisch, Chinesisch.
- Seit 2001 Ausübung von Qi Gong und Tai Chi. Schülerin bei verschiedenen Meistern, wie Yuenmen, Shao-lin und Shiong-Tai Chi in Taiwan.
- 2008 zertifizierte Tai Chi Lehrerin der Yuenmen, Taiwan.
- Seit 2008 private Lehrerin für Tai Chi und Qi Gong
- 2009 Tai Chi und Qi Gong Lehrerin für die Azubis in der Ci-Xin Waldorfschule, Taiwan.
- Tai Chi und Qi Gong Lehrerin während des Winter Retreat 2014 in Buddhas Weg

## Tai Chi:

Tai Chi ist bewegte Meditation. Wir kombinieren dabei körperliche Bewegung, Atmung und geistige Konzentration. Wir lernen unsere Lebensenergie Qi im Körper zu lenken und spüren uns dadurch lebendig und vital. Unser Geist wird in einen Zustand von Leerheit und innerer Ruhe geführt.

## Qi Gong:

Durch die Verbindung von Atem und sanften Körperbewegungen kultivieren wir ein tiefes Bewusstsein für unseren Körper, mit dessen Hilfe wir unsere Lebensenergie in uns reinigen und mehren können

## Wöchentliches Programm

Alle Hausgäste, Interessierte und Seminarteilnehmer sind herzlich willkommen.

### Morgens- Qi Gong & Tai Chi

**Tage:** Mittwoch bis Sonntag

**Zeit:** 9:00 bis 9:45

**Kosten:** 5.- Euro | Darüber hinaus gehende Spenden sind willkommen

### Mittags- Qi Gong und Tai Chi

**Tage:** Mittwochs & Donnerstags

**Zeit:** 13:00 bis 13:40

**Kosten:** 5.- Euro | Darüber hinaus gehende Spenden sind willkommen

### Abends- Qi Gong und Tai Chi

**Tage:** Mittwochs & Donnerstags

**Zeit:** 19:00 bis 20:20

**Kosten:** 10.- Euro | Darüber hinaus gehende Spenden sind willkommen

## Tai Chi & Qi Gong Seminare

**Termine:** 25. - 26. April 2015  
23. - 24. Mai 2015

**Beginn:** 09.00 Uhr  
**Ende:** 16.30 Uhr

**Kursgebühr:** 95 € / Wochenende zzgl. Übernachtung, Verpflegung nach Wahl | Kein Lehrer-Honorar | Freiwillige Spenden als Unterstützung des Klosters und des Hilfsprojektes Chance to Grow / Vietnam

 **Buddhas Weg**

Buddhas Weg 4  
69483 Siedelsbrunn  
Wald-Michelbach

**Tel:** 06207 - 92598 21

**Webseite:** [www.buddhasweg.eu](http://www.buddhasweg.eu)

**Mail:** [info@buddhasweg.eu](mailto:info@buddhasweg.eu)