

Shaolin Yiliao Heil Qi Gong
mit Shaolinmeister Shi Xinggui



Sa 28. Feb. & So 1. März '26

in Freising

Aula Montessorischule

www.shixinggui.com

Shaolin Yiliao Heil Qi Gong mit Shi Xinggui

Energie tanken - Kraft finden - Stress ade!

Das Yiliao Heil Qi Gong stammt aus alter Tradition. Es zählt zum „inneren“ Qi Gong, da es mit wenigen speziellen äußeren Bewegungen innerlich sehr viel bewirken kann: so wird u.a. der Energiefluß in den 8 Hauptmeridianen aktiviert, mit neuer Energie spürbar aufgeladen und von Blockaden befreit. So können sich Ungleichgewichte, die sich in physischen & psychischen Beschwerden manifestieren können, lösen. Die zu schöner Klangmusik leicht erlernbaren Shaolin Bewegungs-, Atem- und Heil Qi Gong Techniken, bringen so Körper, Geist und Seele wieder in Harmonie - Energie & Wohlgefühl, Kraft und Zuversicht ! Für Jung & Alt, auch Qi Gong „Neulinge“.

Ein Wochenende zum Krafttanken und Wohlfühlen !

Weitere Inhalte:

Wohltuende Tiefenentspannung mit kurzen Meditationen verbinden mit der universellen Energie und bringen Selbstvertrauen und Stärke, Energiepunktmassagen, Tips zu Gesundheit, Ernährung & vieles mehr aus Shi Xinggui weitreichendem großem Erfahrungsschatz.

Shaolinmeister Shi Xinggui

praktizierte als Shaolinmönch der 32. Gen. von frühester Kindheit an fast 20 Jahre lang im berühmten Shaolinkloster Kung Fu, Qi Gong, TaiChi, Meditation, TCM. Schon als Jugendlicher gab er sein großes Wissen und Erfahrung weiter. Europaweit unterrichtet er seitdem in Seminaren, Ausbildungen, Coachings Interessierte aller Altersgruppen, Spitzensportler & Management, einfühlsam in deutscher Sprache.

Details: Sa u. So 9 - 12, 14 -17 Uhr,

Seminargebühr 220 € incl. Übungsmanual & Shaolin Zertifikat

Info & Anm. Sylvia Scherg

Tel. +49 157 53487117

E-Mail: silvijas@gmx.de

www.shixinggui.at

