

Begegne Deinem inneren und äußeren Holz in der Jahreszeit des Frühlings



## HOLZ ELEMENT WORKSHOP

Ein QiGong, TCM-Theorie und Shiatsu Wochenendseminar.

Jede Jahreszeit hat ihre eigene Schönheit und ihre eigenen Herausforderungen und Lektionen. Wir laden Dich ein daran Teil zu nehmen beim Erlernen was jedes Element lehrt, geben und wie es uns bereichern kann um leichter, glücklicher und gesünder - in größerer Harmonie mit der Natur - zu leben.

Frühling entspricht dem Element Holz.

Das Holz Element hat entsprechende Meridiane und Organe, die Leber und die Gallenblase. Mit gestärktem Holz-Element verringern wir u.a. die Neigung zu Allergien, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Störungen des Bewegungsapparates.

Im theoretischen Teil, werden wir von Oliver Lohse die medizinischen, traditionellen und kulturellen Zusammenhänge erlernen.

Die Integration der Meridiane und des Holz Elements durch QiGong und NeiGong erfahren wir durch Soma Farzaneh.

Im letzten Teil des Wochenendes werden wir lernen die Meridiane des Holz Elements mit Shiatsu gegenseitig zu behandeln.

Wir laden Dich ein zu einem hausgemachten Essen in Bio-Qualität um die dem Wasser Element entsprechenden Körpersysteme zu stärken.

Das Essen wird vegan und in Bio-Qualität sein.

Preis: 200 Euro

Samstag, 15.04.2023: 10 - 15:30 Uhr

9.30 Ankunftszeit

9.45 Willkommenstee, Begrüßung

10-12 Theorie

Break

12: 15 - 14:15 Somaga. Qigong

*Mittagspause (Eine Stunde)*

15:30- 16:30 Neigung zur Kräftigung des Holz Elements

Sonntag, 16.4.2023 : 10 - 16:00 Uhr

9:45 Tee

10 - 10:30 Theorie

10:30 - 12.30 Somaga. Qigong

*Mittagspause (Eine Stunde)*

13:45 - 15:45 Shiatsu

Feedbacks



Soma

<https://qigongsoma.com/>

Oliver

<https://tcm-oliver-lohse.de/>

Kontakt und Anmeldung:

[wu.wie1@gmail.com](mailto:wu.wie1@gmail.com)

  


Das Seminar ist sowohl für solche mit und ohne Vorkenntnissen geeignet.

Earlybird Preis bis 1.4.: 180 €