

Fortbildung PowerQi

PowerQi

Bei PowerQi handelt es sich um ein Training mit leichten Hanteln. Es wird Einfluß genommen auf den MeridianVerlauf, d.h. die energetischen Leitbahnen die laut der Chinesischen Medizin im Körper fließen.

Es ist eine Mischung aus Muskel - & DehnÜbungen.

Geeignet für jedermann, als eine Form der RückbildungsGymnastik und als Einblick in die Möglichkeiten der Chinesischen Medizin (Ihr werdet die Leitbahnverläufe kennen lernen und ein wenig über das System der 5 WandlungsPhasen, und dessen Einfluß auf unser Leben, hören).

Durch Bewegung fließt Blut, Qi (LebensKraft/ - Feuer) und die Emotionen, so daß wir unsere erstarrten Muster, körperlicher wie geistiger Art, lösen können.

Ich biete ein WochenendWorkshop an für Hebammen wie für Mütter, frühestens 2 Monate nach der Entbindung; auch interessierte Männer sind willkommen.