

# Rückkehr zum Frühling Qigong

Hui Chun Gong

(Achtsamkeitszentrum München)

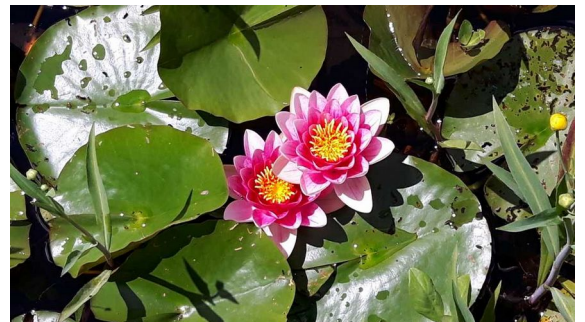
Das *Rückkehr zum Frühling Qi-Gong (Hui Chun Gong)* hat Thay Phap An beim Retreat in Weyarn 2017 erstmals vorgestellt. Diese Übungen harmonisieren unseren Energiefluss und entfalten eine erstaunliche Wirkung auf unser Wohlbefinden.

Gemeinsam üben macht mehr Spaß und so treffen wir uns zweimal im Monat an einem Mittwoch um 19 Uhr für ca. zwei Stunden im Achtsamkeitszentrum München, Treffauerstraße 19.

Ildiko und Arno werden den Abend anleiten. Wir werden uns „schütteln“, „schweben wie ein Adler“, „schwimmen wie ein Frosch“, u.v.m..

Die ersten **Termine** 2018 sind:

- 21. Februar
- 07. März
- 28. März
- 04. April
- 18. April



**Keine Anmeldung** erforderlich. Auch für Anfänger geeignet.

**Kosten:** Teilnahme auf Spendenbasis. Für [Fördermitglieder](#) des Achtsamkeitszentrums frei.

Ildiko hat sechs Jahre Taoist Tai Chi bei der Taoist Tai Chi Gesellschaft Deutschland e.V. praktiziert und war dort auch zwei Jahre Anfängerinstructorin. Taoist Tai Chi stammt ebenso wie *Rückkehr zum Frühling Qigong* aus der daoistischen Tradition.

Arno leitet seit mehreren Jahren *Bambusstock Qigong* bei GAL Veranstaltungen an und möchte nun die Begeisterung am Hui Chun Gong teilen.

