



Das Echte wiederherstellen, Xiu Zhen 修者

Qigong - Retreat Seminar

21.-25. April **2024** 

mit Elena Camesi Janke

# Der wahre Mensch 真人

Wo ist er zwischen Himmel und Erde? Zwischen Innen und Aussen, Körper und Geist, Ruhe und Bewegung, Makro- und Mikrokosmos? Wo der Mensch "wahr", zhen 真 ist, ist die Mitte und der Weg, der zum Ursprung und zur Ganzheit führt. Wie fühlt es sich dort an?

## **Praxis**

Zhanzhuang des Hunyuangong - Yiquan Methode der Vollkommenen Rundheit, Qigong des Grossen Sees, Schritte des Yang Qi Gong von Ma Litang. Still sitzen oder liegen, Rujng. Auf Anfrage Taijiquan, Chen oder Wu Stil.

## Theorie

Hinweise aus den Klassikern des Daoismus - Laozi, Liezi, Zhuangzi, Huangdi Neijing - und aus dem Hunyuangong von Meister Wang Anping.

# Kosten für 4 Tage pro Person

Seminar CHF 560

Unterkunft mit Vollpension und Tee/Kaffee-Pausen:

- Einzelzimmer ohne/mit Dusche CHF 696/810
- Doppelzimmer mit Dusche CHF 696
- (+ Kurtaxe CHF 2.50/Tag)

Yinianzhai, die Werkstatt der Lebenspflege Schule für Qigong und Taijiquan Elena Camesi Janke, Aeschenbrunnmattstr. 81a, 3047 Bremgarten bei Bern



## Wann und Wo

Sonntag 21. April, 18:00 Uhr bis Donnerstag 25. April 2024, 14:00 Uhr.

im Bio-Vegi Hotel Balance 1922 Les Granges sur Salvan, Wallis Tel. +41 27 761 15 22, info@vegetarisches-hotel

## **ANMELDUNG**

**BEDINGUNGEN** 

Rücktrittsbedingungen:

bis 10 Tage vor Kursbeginn wird

bis zum 15. März 2024,

durch Anmeldetalon oder per E-Mail an Elena. Hotelzimmer beim Hotel Balance möglichst bald buchen. Seminarkosten bitte vor Seminarbeginn in bar oder auf PC Nr. 65-31681-4, E. Camesi Janke, 3047 Bremgarten bezahlen.

Mobile +41 76 345 8858 atelier@yinianzhai.ch www.yinianzhai.ch

eine Bearbeitungsgebühr von CHF 90;

bis 5 Tage vor Kursbeginn 50% des Gesamtbetrages,

danach 100% des Gesamtbetrages erhoben, sofern kein Ersatz für den freigegebenen Platz gefunden wird.

**Anmeldung** Seminar Das Echte wiederherstellen, *Xiu Zhen* 修者 mit Elena Camesi Janke

Ich melde mich	an für das Qigong Retreat vom Sonntag 21. bis Donnerstag 25. April 2024	CHF	560
Vorname	Name		
Adresse			
Tel	E-Mail		
	n mit den genannten Bedingungen einverstanden		
Ort Datum	Untarschrift		