

WOHLFÜHL-WORKSHOP

# QI GONG & KLANGSCHALEN



**Samstag 06. April 2019**

**14.00 Uhr - 18.00 Uhr**

Genießen Sie einen klangvollen Nachmittag für Körper, Geist und Seele. Tauchen Sie ein in die Welt mit Klangschalen, Oceandrum, schamanischer Trommel, Zimbeln, Koshi's & Gong.

Kommen Sie mit Übungen aus dem Qi Gong & Chan Mi Gong zur Ruhe. Sie haben die Gelegenheit sich mit einer Klangschale selbst und evtl. einer/m Partner zu verwöhnen.

Der Preis beträgt pro Person 43,- €.

(inkl. Getränke und Snacks für die kleinen Pausen)

**Veranstaltungsort:** Grundschule Kutzenhausen, Gymnastikraum

**Bitte mitbringen:** Wollsocken, Isomatte, Decke, Trinkgefäße

- Vorkenntnisse sind nicht erforderlich -

**Kursleitung /Gastdozentin:**

Irene von Guilleaume, Qigong Lehrerin, Angelika Karsten,  
Klangschalenthérapeutin

Handy: +49 174 80 66 847 oder Email: [info@irene-von-guilleaume.de](mailto:info@irene-von-guilleaume.de)

.....weitere Informationen unter: [www.irene-von-guilleaume.de](http://www.irene-von-guilleaume.de)

WOHLFÜHL-WORKSHOP

# QI GONG & KLANGSCHALEN



**Samstag 06. April 2019**  
**14.00 Uhr - 18.00 Uhr**

## Programmablauf

- 14.00 — 14.45 Uhr** Vorstellungsrunde—Klang erleben
- 14.45 — 15.15 Uhr** Qi Gong: Klopfübungen, Dehnübungen, kurze Massage
- 15.15 — 15.45 Uhr** Klangschalenreise
- 15.45 — 15.55 Uhr** kurze Pause
- 15.55 — 16:35 Uhr** Qi Gong „Die 18 Gesundheitsübungen“
- 16.35 — 16.45 Uhr** kurze Pause
- 16.45 — 17.15 Uhr** Klangschalen auflegen / Partnermassage
- 17.15 — 18.00 Uhr** Klangwelten, Abschlussübung, Ausklang

+Hinweis: Programmänderungen vorbehalten \* Vorkenntnisse sind nicht erforderlich

**Kursleitung:** Irene von Guilleaume, Qi Gong Lehrerin und Chan Mi Gong Kursleiterin  
**Gastdozentin:** \*Angelika Karsten, Klangschalentherapeutin.