



„Sheng Zhen Healing Gong“ Workshop am **3. März** 2018 in St. Radegund

Dieser Vormittagsworkshop wird primär dem Praktizieren des „Sheng Zhen Healing Gong“ Stufe I sowie der Meditation Union-of-3-Hearts gewidmet sein. Die Veranstaltung dient als **Vorbereitung** auf das **Seminar mit Li Jing** Mitte März in St. Radegund, kann aber auch von allen anderen InteressentInnen besucht werden, die ihr Immunsystem sowie ihre Selbstheilungskräfte über sanfte, meditative Bewegungen stärken wollen.

Bei dieser an sich 3-teiligen Qigong-Form kommt das Prinzip der inneren Alchemie zur Anwendung. Auf Stufe I wird der Körper gereinigt und für die Aufnahme von stärkender und heilsamer Energie vorbereitet, sowie die Herzenskraft aktiviert (was ein wesentlicher Aspekt in jedem Heilungsprozess ist).



Seminarleitung: **Mag.^a Alida Rudlof** (zert. Sheng Zhen Gong-Lehrende).

Veranstaltungsort: Raum **Lotos**, Hauptstraße 8, 8061 **St. Radegund**

Zeit: Samstag, 3. März 2018, **09:30 – 13:00**

Anmeldung: Alida Rudlof Tel.: **0699-81 27 99 83** E-Mail: **alida@rudlof.at**

Beitrag: **€ 45,-** bzw. für Vereinsmitglieder: **€ 40,-**