



# The Breath of Life - Lung Qigong Wochenend-Seminar mit Li Jing

17. - 18. März 2018

St. Radegund bei Graz

**Die Qualität der Atmung reflektiert die Qualität des Qi-Flusses** im menschlichen Körper. Es ist das Qi, das die Effizienz der Atmung bestimmt – umgekehrt ist der Atem der heilige Klang der Schwingung des Qi.

Die Praxis des Lungen-Qigong soll einerseits die **Effizienz der Arbeitsleistung der Lungen unterstützen** und uns andererseits lehren, in Harmonie und Hingabe **das Leben in all seinen Facetten anzunehmen**. Je mehr man in der Lage ist, los zu lassen und sich dem Fluss hinzugeben, desto besser funktionieren die Lungen und umso ausgeglichener wird der Atem.

Mehr als jedes andere Organ profitieren die Lungen vom Sheng Zhen Gong, wenn die Übung mit **XiuXing\*** praktiziert wird.

\*...der Übung der Selbsterkundung und der Tat, die daraus folgt

Die TeilnehmerInnen am Seminar sollten das **Sheng Zhen Healing Gong, Stufe I** praktiziert haben, da die Lungenform direkt darauf aufbaut.

## **Seminarleitung: Li Jing**

wurde seit ihrem 8. Lebensjahr in den chinesischen Kampf- und Bewegungskünsten ausgebildet und gewann mehrfach Goldmedaillen bei chinesischen und internationalen Meisterschaften.

Neben ihrem Vater, Meister Li JunFeng, ist sie weltweit die wichtigste Repräsentantin des Sheng Zhen Gong, das sie auf professionelle und einfühlsame Weise weitergibt.



**Beitrag:** € 180 (für beide Tage) € 90 (für einen Tag)  
€ 160 bzw. € 80 für Mitglieder von Sheng Zhen Styria

**Veranstaltungsort:** Volksschule St. Radegund/Graz

**Information:** Alida Rudlof 0699-81 27 99 83 info@shengzhen.at

**Anmeldung:** schriftlich an: [info@shengzhen.at](mailto:info@shengzhen.at) um einen Platz zu fixieren, ist eine Anzahlung notwendig - siehe Anmeldeformular.



## Anmeldung:

# The Breath of Life - Lung Qigong Wochenend-Seminar mit Li Jing

**Veranstaltungsort:** Turnsaal der Volksschule St. Radegund,  
Kalvarienbergstr. 15, 8061 St. Radegund bei Graz

**Seminarzeiten:** Samstag, **17. März:** 09:30 – 17:30  
Sonntag, **18. März:** 09:30 – 16:30

**Beitrag:** € 180 (für beide Tage) € 90 (für einen Tag)  
€ 160 bzw. € 80 für Mitglieder von Sheng Zhen Styria

- 1.) Bitte richte deine schriftliche Anmeldung unter Angabe von Name, Mail-Adresse und Telefonnummer an: **info@shengzhen.at**.
- 2.) Zur Fixierung der Anmeldung, ersuchen wir um Überweisung von € 50,-- auf das Konto von:  
SHENG ZHEN STYRIA **AT94 1420 0200 1093 3154** (Easy Bank)  
Den **Restbetrag** bitte bis spätestens **1 Woche vor Seminarbeginn überweisen!**
- 3.) Solltest du nur an einem der beiden Tage teilnehmen wollen, dann gib dies bitte in deiner schriftlichen Anmeldung bekannt.
- 4.) **Storno:** Bei Stornierung bis 1 Woche vor Seminarbeginn wird die Anzahlung von € 50,-- einbehalten.  
Solltest du bereits den gesamten Betrag überwiesen haben und aus ernsthaften Gründen kurzfristig absagen müssen, wird der Betrag (unter Abzug von € 50,-) für eine andere Veranstaltung des Vereins gut geschrieben.
- 5.) Eine Anfahrtsbeschreibung schicken wir bei Bedarf nach Eingang der Anmeldung zu.
- 6.) Wenn du eine Unterkunft vor Ort brauchst, empfehlen wir:  
**Pension Seirer** (Frau Anneliese Gruber), Kalvarienbergstr. 11, 8061 St. Radegund. info@pensionseirer.at Tel.: 03132-2600