

## QIGONG AUF DEM RITTEN – MAI 2025



Im Mai finden auf dem Ritten in Südtirol wieder zwei Qigong-Wochenseminare statt. Wie jedes Jahr möchte ich gemeinsam mit Kerry diese beiden Seminare dazu nutzen, ein tieferes Verständnis des Qigong zu vermitteln, d.h. das praktische Qigong-Üben zu vertiefen, auch auf Hintergründe aus chinesischer Philosophie und Medizin einzugehen und generell ein Gefühl für die Möglichkeiten zu wecken, die sich durch Qigong eröffnen können.

Die Seminare bieten eine hervorragende Gelegenheit, in der schönen Umgebung des Ritten zu entspannen, abzuschalten und die eigenen Batterien wieder aufzuladen.

Als Prof. Cong Yongchun vor bald 30 Jahren zum ersten Mal nach Österreich kam, hatte er eine Reihe von traditionellen Qigong-Methoden im Gepäck, die verschiedenen Übungen aus dem Zaishenggong, dem großen System des Qigong-Gehens, die Yuanminggong-Übungen, die Fanhuangong-Übungen und noch einige mehr. Das Programm der beiden Rittenwochen werde ich wieder aus diesem reichen Fundus gestalten.



<b>Seminar-Termine:</b>	erste Woche:	Mo 12.5. - Sa 17.5.
	zweite Woche:	Mo 19.5. - Sa 24.5.

<b>Seminarort:</b>	Haus der Familie, Lichtenstern/Oberbozen, Italien
--------------------	---

<b>Seminarbeginn:</b>	Mo 9:00	<b>Seminarende:</b>	Sa 10:45
-----------------------	---------	---------------------	----------

<b>Beitrag:</b>	€ 500.- für die Teilnahme an einer Woche
	€ 780.- für die Teilnahme an beiden Wochen
<b>IBAN:</b>	AT36 6000 0000 7213 0740

<b>Anmeldung bitte bis Mitte Februar bei Richard Gubert:</b>	
Mobil:	+39-335-609 33 49
Email:	<a href="mailto:richard.gubert@gmail.com">richard.gubert@gmail.com</a>

Die Unterbringung im Haus der Familie erfolgt in Doppelzimmern. Einzelzimmer können nicht garantiert werden, in den letzten Jahren ist es sich mit den Einzelzimmern aber immer gut ausgegangen.

Ansonsten gibt es auch die Möglichkeit, im nur ein paar Gehminuten entfernten Hotel Lichtenstern unterzukommen: Hotel Lichtenstern: [www.lichtenstern.it](http://www.lichtenstern.it).

Anmeldung bitte bis Mitte Februar bei Richard Gubert. Wir bekommen vom Haus der Familie ein begrenztes Kontingent an Zimmern zugeteilt. Um alle, die es wünschen, im Haus der Familie unterbringen zu können, bittet Richard um rechtzeitige Anmeldung.

