



Opleiding tot Qi Gong Trainer

Gezondheidspad

Harald Hasenöhl

Telefoon: 0049-6345-9596855

info@gesundheitspfad.de • www.gesundheitspfad.de

Qi Gong Trainer opleiding

De Qi Gong Trainer opleiding verenigt de ervaringen en de bevindingen van:

- De Traditionele Chinese Medicijn leer (TCM), onder andere de meridiaan leer, 5 Elementen leer, acupressuur en de samenhang van lichaam en geest.
- De traditionele leer van Qi Gong in beweging en stilte, de fundamentele beginselen zoals de regulering van het lichaam, adem en geest in combinatie met aandacht.
- De Kinesiologie, onder andere Touch for Health, een synthese van bewegingsleer, TCM, chiropractie en voedingsleer.
- De wetenschap van onze tijd, zoals bewegingsonderzoek, stressonderzoek en hersenonderzoek

De Qi Gong Trainer opleiding integreert belangrijke oosterse en nieuwe westerse methoden, om Qi Gong doelgericht, effectief en levendig in onze samenleving toe te passen en in te zetten.

De opleiding tot Qi Gong Trainer opent wegen, richtingen en methoden, om de gezondheid in relatie tot het lichaam (fysiek), het gevoel (emotioneel) en de gedachten (mentaal), met aandacht effectief en doelgericht te versterken en in balans te brengen. Dit geeft het zelfregulerende vermogen de kans zich optimaal te ontwikkelen.

De Qi Gong opleiding geeft de deelnemers in theorie en praktijk kennis van:

- De oorsprong en ontwikkeling van Qi Gong met daarbij de basisprincipes van Qi Gong.
- De basis van TCM, met de bijbehorende orgaansystemen en disharmonie patronen.
- De 3 pijlers van Qi Gong (lichaam, geest, ademhaling), met daarbij de 3 schatten (Jing, Qi, Shen).
- Elementaire bestanddelen en fundamenten van Qi Gong voor gezondheidsbevordering.
- Preventie theorie en westerse geneeskunde zoals bijvoorbeeld anatomie en fysiologie.
- De werking van Qi Gong oefeningen op de hersenen, de spieren, het verstand, de concentratie, de opmerkzaamheid, de bewegelijkheid en ontspanning.
- Qi Gong concepten zoals Yin en Yang en de 5 elementen theorie.
- Qi Gong en de verbinding met westerse en oosterse anatomische zienswijzen met betrekking tot de organen, de spieren en de meridianen.
- Basis principes van Qi Gong zoals de regulatie van de lichaamshouding, manier van bewegen, adem en geest. Dit onder andere bij bewegingsbeperkingen en stress.
- Qi Gong in combinatie met ademhalingstechnieken.
- Methoden van energiewerk binnen Qi Gong en in de fijnstoffelijke anatomie.
- De regulatie van lichaam, geest en adem door Qi Gong oefeningen en gerichte vooroefeningen in beweging en rust, om ziektebeelden actief te voorkomen, en de fysiologische en psychologische functies te harmoniseren.
- De verbinding en samenwerking tussen organen, spieren, pezen, botten, meridianen, acupuntuurpunten, neurolymphatische en neurovasculaire reflexpunten.



Data* en inhoud van de opleiding Qi Gong trainer

Qi Gong „8 Brokaten“	<u>Datum:</u> 22. – 23. April 2017
Qi Gong „18 Bewegingen“	<u>Datum:</u> najaar 2017
Qi Gong „18 Bewegingen“	<u>Datum:</u> begin 2018
Qi Gong „5 Elementen“	<u>Datum:</u> voorjaar 2018
Qi Gong „6 Helende klanken“	<u>Datum:</u> najaar 2018
Guolin Qi Gong & Stille Qi Gong	<u>Datum:</u> begin 2019
Stressmanagement met Qi Gong	<u>Datum:</u> voorjaar 2019

*Data worden de komende tijd verder ingevuld.

Praktische informatie

Aanvang opleiding: De opleiding tot Qi Gong Trainer begint op 22.04.2017.

Duur: 7 Weekenden (90 uur)

Lokatie: Ede

Tijden: Weekend – Qi Gong „8 Brokaten“
Zaterdag: 10.00 – 17.00 uur
Zondag : 14:00 – 17:00 uur

Overige weekenden
10.00 – 17.00 uur per opleidingsdag.

Kosten: Weekend – Qi Gong „8 Brokaten“ €110,00
Alle overige weekenden €160,00

Resultaat: Qi Gong Trainer met certificaat

Toepassingsmogelijkheden:

De opleiding tot Qi Gong trainer zorgt voor een verscheidenheid aan toepassingen voor diverse doelgroepen:

- Individuele begeleiding en advisering.
- Het begeleiden van cursussen.
- Gezondheidscoaching op sociaal, educatief, medisch of therapeutisch gebied. Op basis van verdere opleiding en beroep.
- Het bevorderen van je eigen gezondheid.
- Gezondheidscoaching bij bedrijven.
- Personal trainer voor specifieke doelgroepen.

Docent van de opleiding

Harald Hasenöhr



- Qi Gong Therapeut en Tai Ji Quan leraar
- Volgt sinds 27 jaar opleidingen en vervolgopleidingen in Tai Ji Quan, Qi Gong, meditatie en energiewerk, in China, Duitsland en Oostenrijk. Onder andere bij Prof. Qingbo Sui, Du Hong Lena, Xuer MaiJin, He Lin en Yu Chang Fu.
- Levens-coach voor transpersonale psychologie, transformatie kinesio­logie, energetische anatomie, spirituele groei, astrologie, opgeleid in Polaris-Instituut in Denemarken.
- Instructeur voor energetische anatomie volgens methode van Grethe Fremming (Polaris-Instituut Denemarken)
- Humanistische kinesio­logie (Gecertificeerd volgens DGAK) – Opgeleid door Petra Wagner.
- Instructeur voor Touch for Health (IKC) in Kirchzarten, Duitsland.
- Sinds 20 jaar vervolgopleidingen in verschillende kinesio­logie richtingen.
- Humanistische kinesio­logie in eigen praktijk.
- Spreker, cursus en seminar leider voor ziektekostenverzekering, verschillende instellingen en congressen. Onder andere bij VW, Gezondheidscongres Weilburg, internationaal symposium voor medische Qi Gong in Dietfurt, Duitse Qi Gong dagen in Kassel.
- Pedagoog:
Sociaal pedagogische familie­hulp / speciaal onderwijs / jeugdhulp / crisis interventie / belevenis en avontuur pedagogie / assertiviteitstrainer / conflict en de-escalatie trainer. Cursus en seminar leider en coach voor kinderdagverblijven, scholen, jeugdcentra en instellingen voor voortgezet onderwijs.
- Grondlegger van het pedagogisch systeem „WuTai Concept, de vredige krijger“ voor kinderen, jongeren en volwassenen.

Gezondheidspad “Gezondheid en welzijn met aandacht bevorderen”

Harald Hasenöhr
Bergbornstraße 42 • 76833 Frankweiler (Duitsland)

Telefon 0049-(0)6345-9596855

info@gesundheitspfad.de

www.gesundheitspfad.de

Aanmelden of meer informatie:

Fred van den Bos • 06-13335834 • info@rustenbezinning.nl

De opleiding is Duitstalig, waar nodig wordt er vertaald. Na aanmelding volgt overige informatie.