KRAFTVOLL WIE DAS MEER – STILL WIE DER OLIVENHAIN

KURSNUMMER: **MYC 01**
KURSZEIT: **ca. 3-4 Std./Tag**
PREIS: **€ 1150**



TAI JI & QI GONG FERIEN

inside travel
Reisen für dich. Zu dir.

Astrid Brütsch:
führt ihre eigene Taiji-Qigong-Schule in der Schweiz und wirkt in weiteren Ausbildungsstätten mit.

Ist Aktivmitglied der Schweizerischen Gesellschaft für Qigong und Taijiquan. Ist Taiji- und Qigong-Lehrerin, Fussreflexzonen-Therapeutin, Lehrerin im Gesundheitswesen, Pflegefachfrau.

Donat Curti:
erforscht seit vielen Jahren und mit diversen Lehrern an vielen Orten der Welt die Prinzipien des Energiefluss - des Taiji/Tuishou.

Wirkt an verschiedenen Schulen aktiv mit.

Ist Taiji- und Tuishou-Lehrer, Esalen Massage Practicioner, Fallschirmsprunglehrer und Swiss Skydive Experte, Informatiker.

19.06. - 26.06.2027

Möchtest du deine Vitalität erneuern, dich durch die intensiven Naturkräfte, dank der achtsamen Bewegung und der Beruhigung des Geistes nähren lassen?

Durch tägliches Üben von Taiji und Qigong im Freien wird es dir möglich, in den Fluss der Lebensenergie einzutauchen und dich mit dem grossen Ganzen zu verbinden. Du erfährst Spannungsausgleich, einen tieferen Atem und lernst allmählich, dich aus deiner Mitte und mühelos zu bewegen. Wir bieten Impulse, welche dich auf allen Ebenen des Lebens inspirieren können.

Unsere Übungsorte befinden sich in der prächtigen Umgebung des Mythos Corfu: der stille Olivenhain, der rauschende Meeresstrand und der Inselgrat mit 360°-Weitsicht. So erfährst du die Natur und die Resonanz mit den vielfältigen Lebenskräften auf eine unterstützende Weise.

Der Kursinhalt ist geprägt durch Taiji mit den Formen der 5 Elemente und Kreise nach Chungliang Al Huang und Übungen aus dem Qigong und Tuishou (interaktive Übungen).

Einfachheit und Komplexität der Formen werden passend für AnfängerInnen und Erfahrene zusammengestellt.

INKLUSIVLEISTUNGEN:

- Unterbringung zu zweit im Doppelzimmer im Mythos Corfu in der Preisgruppe 3 (ohne Meerblick)
  Einzelzimmer-Zuschlag/Woche: 130 € p.P. (Studio mit eigenem Bad)
  Aufpreis Preisgruppe 2 (teilweise seitlicher Meerblick): 30 € p.P./Woche
  Aufpreis Preisgruppe 1 (seitlicher Meerblick): 70 € p.P./Woche
- Teilnahme am Ferien-Seminar
- Frühstück & 6x vegetarisches Abendessen mit einer Auswahl alkoholfreier Getränke
- Sammeltransfer ab/bis Flughafen Korfu (samstags von 09:00-22:30 Uhr)