QIGONG-REISE
„IM EINKLANG MIT MIR“

KURSNUMMER: **OUC 10**
KURSZEIT: **ca. 4 – 4,5 Std./Tag**
PREIS: **€ 1130**



Rotraud Wanner:

Dipl. Qigonglehrerin der Deutschen Qigonggesellschaft e. V., zertifiziert von der Zentralen Prüfstelle Prävention, Fitness-, Ernährungs- und Beckenbodentrainerin, hauptberuflich tätig als Qigonglehrerin, jahrzehntelange Unterrichtserfahrung, kontinuierliche Weiterbildungen

19.06. - 26.06.2027

Erlaube dir, eine ganze Woche in einem wohlwollenden und unterstützenden Umfeld mit deiner Lebensenergie zu spielen. Ziel ist es, unsere Qi-Kraft zu aktivieren und den kontrollierenden Geist mit seinen Stressenergien loszulassen. Unsere Qigongübungen und Meditationen wirken belebend, befreiend, vitalisierend und entspannend – wir klopfen, schütteln, dehnen, entspannen tief und lassen die sanften Qi-Bewegungen fließen.

Lass dich eintreten in ein Bewusstseinsfeld, das von Achtsamkeit, Mitgefühl, Verbundenheit und Vertrauen geprägt ist.
In Kontakt mit der Kraft der Natur und den Elementen stärken wir uns selbst. Dies strahlt hinein in unsere Familien bzw. Gemeinschaften und das „Große Ganze“.

Das Singen von Mantras und Herzensliedern, freies Tanzen, (Kreis-)Tanzen, kleine Qi-(Selbst-) Massagen und gemeinsames Feiern runden unser Programm ab. Du hast Zeit, dich im glasklaren Wasser zu erfrischen, in den Hängematten des Olivenhains zu Chillen und weiteren Inselzauber zu genießen.

Der Rahmen des Seminar- und Meditationszentrums Ouranosclub mit seinem leckeren vegetarischen Essen unterstützen dich dabei. Highlights sind auch kleine Ausflüge in die Natur mit Qigong-Üben, Meditationen und Ritualen an Kraftplätzen.

Die Kurszeit beträgt ca. 4 Stunden/Tag. Sowohl Qigong-AnfängerInnen wie auch Qigong-Erfahrene werden in ihrem persönlichen Übungsprozess unterstützt.

INKLUSIVLEISTUNGEN:

- Unterbringung zu zweit im DZ (großes Apartment, Kategorie 2 mit geteilten Bad und Wohnküche, Preisgruppe A (ohne Meerblick))
  Gegen Aufpreis:
  - ➔ DZ zur Alleinbenutzung: 50 - 100 € pro Person & Woche
  - ➔ Kategorie 1 (= eigene DU/WC): 30-40 € pro Person & Woche
  - ➔ Preisgruppe B (= eingeschränkter Meerblick): 20 € pro Person & Woche
  - ➔ Preisgruppe C (= Meerblick, bessere Ausstattung): 60 € pro Person & Woche
  - ➔ Preisgruppe L (= Meerblick, Klimaanlage) 110 € pro Person & Woche
  - ➔ Preisgruppe LX (= Luxus, Meerblick, Klimaanlage) 150 € pro Person & Woche
- Teilnahme am Ferien-Seminar
- Vegetarische/Vegane Halbpension
- Sammeltransfer ab/bis Flughafen Korfu (samstags von 09:00-22:30 Uhr)