

QIGONG AM MEER

KURSNUMMER: ZYP 03
KURSZEIT: ca. 4 Std./Tag
PREIS: € 1000



inside  travel
Reisen für dich. Zu dir.

Britta Stalling:

Seit mehr als 20 Jahren studiert, praktiziert und lehrt Britta verschiedene Methoden zur eigenen Gesundheitsvorsorge und persönlichen Weiterentwicklung basierend auf den Prinzipien der Zhineng Qigong Wissenschaft und Hunyuan Qi Therapie. Sie wurde von verschiedenen internationalen Coaches & Trainern aus den USA und Europa sowie von verschiedenen Zhineng Qigong Mastern aus China ausgebildet. Britta wird von ihren Kunden verschiedener Nationalitäten und kultureller Herkunft vor allem dafür geschätzt, wie sie ihr Wissen auf inspirierende und authentische Weise weitergibt.

11.04. - 18.04.2024

Entdecke faszinierende Methoden und Ideen, um deine Lebensenergie (Qi) zu stärken. Lerne wissenschaftlich belegte Übungen, Meditationen und effektive Ansätze kennen, die dein Wohlbefinden und deine Gesundheit ganzheitlich fördern. Erlaube Dir einen Weg aus der Stressspirale des Alltags, spüre die Naturverbundenheit, gewinne dabei einen klaren Kopf für neue Motivation, mentale Kraft, Regeneration und tiefe Erholung in deinem Leben.

Fokus und Inhalt:

Umgeben von der idyllischen Natur, lerne und trainiere Zhineng Qigong - offiziell als eine der effektivsten Qigong Form anerkannt - und genieße Deine persönliche Qigong Auszeit! Erhalte praktische Tipps, die du leicht zu Hause in deinen Alltag integrieren kannst.

Vertiefe die drei Säulen der wahren Gesundheit und trainiere gemeinsam mit Britta effektive Übungen und Meditationen zur

- Stärkung von Vitalität und körperlichem Wohlbefinden
- Entspannung und Gelassenheit
- Verbesserung der Beziehung zu Dir selbst und zu anderen
- Inneren Ruhe und mentaler Stabilität
- Optimierung eines sonnigen Gemütszustandes

Genieße ein magisches Retreat Umfeld direkt am blauen Meer Zyperns, das zur Entschleunigung einlädt, Dir Zeit zur Reflektion schenkt und Dir einen Raum für Erneuerung und Neubeginn ermöglicht. Je nach Bedarf gibt es Gelegenheit zum Rückzug, Raum für Austausch und Gespräche und, bei Interesse, zu gemeinsamen Aktivitäten und Ausflügen.

INKLUSIVLEISTUNGEN:

- Unterbringung zu zweit im DZ oder EZ (EZ-Zuschlag: 175 €/Woche)
- Teilnahme am Ferien-Seminar
- Halbpension (Frühstück- & 3-gängiges Abendessen)
- Sammeltransfer ab/bis Flughafen Paphos (ab 2 Personen)
- Sammeltransfer ab/bis Flughafen Larnaca (ab 6 Personen)