

**Wöchentliche Gruppen:
im Kloster Tutzing**

Montag: 16:00 - 17:00 Uhr

1. Block: 08.01.24 – 18.03.24
2. Block: 08.04.24 – 22.07.24
(Pfingstferien kein Qigong)
3. Block 09.09.24 – 16.12.24

Mittwoch: 19:00 – 20:00 Uhr

1. Block: 10.01.24 – 20.03.24
2. Block: 10.04.24 – 24.07.24
(Pfingstferien kein Qigong)
3. Block: 11.09.24 – 18.12.24

Donnerstag: 16:00 – 17:00 Uhr

1. Block: 11.01.24 – 21.03.24
2. Block: 11.04.24 – 25.07.24
(Pfingstferien kein Qigong)
3. Block: 12.09.24 – 19.12.24

Für die Gruppe am Donnerstag
wird Qigongerfahrung
vorausgesetzt

Anmeldung:

Sr. Benedicta Depuhl
benedictadepuhl@gmail.com

Mobil: 0177 4541657

Die Kosten für die wöchentlichen
Gruppen belaufen sich auf
100,00 € pro Block
und werden zu Beginn bezahlt.
Ermäßigung kann auf Rücksprache
gewährt werden.

Anmeldung ist ab Dez.23 möglich

Die Kosten für die Tagesseminare
betragen 75,00 €
darin enthalten sind Mittagessen und
Kaffee mit Kuchen
Ermäßigung ist auf Rücksprache
möglich

Mit Qigong durchs Jahr

2024

Wohin du auch gehst,

geh mit deinem

ganzen Herzen

Konfuzius

爽

Mit Qigong durchs Jahr 2024

Tagesseminare 2024

im Kloster Tutzing

1. **23. Januar 24**
Ein Tag mit Qigong:
Wasserphase – Zeit der Stille
2. **23. Februar 24**
Ein Tag mit Qigong:
„bewegtes Beten“
3. **16. April 24**
Ein Tag mit Qigong:
Basisübungen des Qigong
4. **21.06.24**
Ein Tag mit Qigong:
Tai Chi Qigong in 28 Schritten
Einführung/Vertiefung
5. **16.07.24**
Ein Tag mit Qigong:
Feuerphase – Leben in Fülle
6. **13.09.24**
Ein Tag mit Qigong:
Metallphase – mit Qigong
in den Herbst

Für die Tagesseminare treffen wir uns an der Klosterpforte.
Sie beginnen jeweils um 9:00 Uhr und enden ca. 16:00 Uhr.

Wochenendseminare 2024

im Bildungshaus St. Martin Bernried:

08.03.24 – 10.03.24 Bewegtes Beten mit Qigong

02.08.24 -04.08.24 Qigong
Basisübungen

25.10.24 – 27.10.24 Die Übungen des Kranichs (für Teilnehmer mit Praxiserfahrung in Qigong oder Tai Chi)

im Exerzitenhaus St. Paulus Augsburg/Leitershofen

03.05.24 – 05.05.24 Tai Chi/Qigong in 28 Schritten Teil I

22.11.24 – 24.11.24 Bewegtes Beten mit Qigong

Anmeldung:

Tagesseminare:

Sr. Benedicta Depuhl
benedictadepuhl@gmail.com

Mobil: 0177 4541657

Wochenenden Bernried:

Homepage

www.bildungshaus-bernried.de

[Klosterseminar-Anmeldung](#)

Anmeldung sobald das Jahresprogramm online ist

Wochenenden Leitershofen:

siehe: Exerzitenhaus St. Paulus
Krippackerstr. 6

86391 Stadtbergen

<http://www.exerzitenhaus.org/>

E-Mail: info@exerzitenhaus.org

Anmeldung sobald das Jahresprogramm online ist