

Tai Ji und Qigong TrainerIn - Refresher



Bildungszentrum Reastudy
Bad Zurzach, Winterthur
Quellenstrasse 34
CH-5330 Bad Zurzach
Tel. +41 (0)56 265 10 20
Fax +41 (0)56 265 10 29
E-Mail info@reastudy.ch
www.reastudy.ch

EDUQUA

Schweizerisches Qualitätszertifikat für Weiterbildungsinstitutionen
Certificat suisse de qualité pour les institutions de formation continue
Certificato svizzero di qualità per istituzioni di formazione continua

Kursausschreibung

Tai Ji und Qigong TrainerIn - Refresher

Einzelveranstaltung der Ausbildung [Ausbildung: Tai Ji und Qigong TrainerIn](#)

EINLEITUNG

Vertiefe Dein Wissen und repetiere das bereits Gelernte...

ZIELE

- Du kannst die bereits gelernten Tai Ji und Qigong Formen wiederholen, allfällige Bewegungs- oder Haltungsfehler bei der Ausführung korrigieren und Unsicherheiten reflektieren, anschauen und verbessern.
- Die Bewegungs- und Haltungsprinzipien werden bei der praktischen Übung wiederholt und integriert.
- Wir gehen die bereits gelernten Akupressurpunkte „beschwerdeorientiert“ durch (diesmal in Zusammenhang mit Beschwerden wie z.B. Nackenspannungen, Schlaflosigkeit, Antriebsschwäche) und ergänzen diese mit weiteren Übungen aus dem medizinischen Qigong (z.B. Organ-Übungen oder Baduanjin)

INHALTE

- Shibashi Qigong 18-er Form (Repetition)
- Yang-Stil Tai Chi Grundtechniken (Repetition)
- Yang-Stil Tai Chi 3-er und 5-er Form (Repetition)
- Meridianlehre und Akupressur-Punkte (Repetition)
- Diskussion: praktische Aspekte und Fragen zu der Arbeit mit Patienten bzw. in TJ / QG Gruppen.

METHODEN/ARBEITSWEISEN

- mit viel, viel Üben und Möglichkeiten, um Fragen zu stellen
- Ziel: mehr Selbstsicherheit beim Üben / Weitergeben

Maximale Gruppengröße: 14Teilnehmende mit einer Lehrperson

ANGABEN ZUR LEHRPERSON

Stacy Müller

Tai Ji und Qigong Lehrerin SGQT

- 27+ Jahre Tai Ji Erfahrung
- dipl. Tai Ji Lehrerin SGQT sowie dipl. Qigong Lehrerin SGQT
- 2017-2022 Tai Ji und Qigong Therapeutin bei Zurzach Care
- Seit 2011 Leitung von Kursen, Workshops und Privatstunden in Zürich und Dänemark

Tai Ji und Qigong sind keine esoterische Geheimbereiche, doch jahrhundertalte, gut erklärbare und verblüffend einfache Bewegungssysteme. Ich erkläre diese Methoden mit Humor und Spiel, so wie ich sie von meinen Meistern gelernt habe ...

Hauptsache: "Less is More!"



KURSVORAUSSETZUNGEN

Zielgruppe

Fachpersonen für Physiotherapie, Ergotherapie, Hebammen

Voraussetzung ist die Teilnahme am Kurs „Tai Ji und Qigong TrainerIn“

VORBEREITUNGS-AUFTRAG

Konntest du das Gelernte im letzten Jahr mit Patienten umsetzen? In welchen Situationen war dies erfolgreich, und wann nicht?

LEITUNG

Stacy Müller

Kursort	Datum	Zeiten	Kurs-Nr	Sprache	Kosten
Bad Zurzach	04.02.2024	09.00 - 17.00 Uhr	24853	deutsch	CHF 250.-