

# MEDITATION CHI KUNG TAI CHI CHUAN

## SONNTAGS-SEMINARE

jeweils 11 – 18 Uhr

11.11. Lebendige Meditation  
18.11. Tai Chi Chuan  
16.12. Organ Chi Kung

**\*Ort: Hebammenpraxis am Wiesental  
44789 Bochum**

**Frederikastr. 148 (Eingang neben Kulmer Str. 22)**

**Chi Kung** ist ein altes System sanfter Körper- und Energiearbeit aus der chinesischen Kultur. Die heute bekannten Übungen sind aus der Tradition der "Lebenspflege" hervorgegangen, Methoden wie Chi (Lebensenergie) zur Förderung der Selbstheilung zu vermehren, sammeln, zu bewegen und zu speichern ist. Dabei werden neben Atmung und Bewegung auch geleitete Meditationen verwendet.

Zentral für die wohltuenden Wirkungen ist eine besondere innere Haltung der liebevollen Zuwendung und Geduld mit sich selbst, die in den fließenden Atem und die sanfte Bewegung eingeht und zu tiefer Entspannung und ausgeglichener Funktion des gesamten Körpers führt.

Die **Sonntags-Seminare** bieten Einführungen in verschiedene Aspekte des heilsamen Chi Kung an. Bei Interesse können auch weiterführende Kurse besucht werden.

**Seminarkosten: 40,- bzw. 45,- €**  
**Info/Anmeldung: Harald Dohrmann**  
**[taichichuan@online.de](mailto:taichichuan@online.de)**  
**02302 - 53835 oder 1729250**

# MEDITATION CHI KUNG TAI CHI CHUAN LEBENS PFLEGE + ALCHEMIE



**Harald Dohrmann**  
**Hörder Str. 8 58455 Witten**  
**02302 – 53835 oder 1729250**  
**[taichichuan@online.de](mailto:taichichuan@online.de)**

Ich praktiziere Tai Chi, Chi Kung und verwandte Methoden aus der chinesischen Tradition seit 28 Jahren. Als Heilpraktiker arbeite ich in eigener Praxis seit 1986 mit körper(psycho)therapeutischen und anderen energetischen und ganzheitlichen Methoden.

Seminare zu Selbsterfahrung, Körpertherapie, Tai Chi Chuan, Massage, Meditation, Chi Kung seit 1984 an verschiedenen Institutionen.

Methoden des Chi Kung verwende ich seit einigen Jahren auch erfolgreich neben der Körperpsychotherapie als beruhigendes und stärkendes Element einer integrativen Traumatherapie in der Arbeit mit traumatisierten Patienten.

***Mir liegt es am Herzen, die Schätze der alten überlieferten Methoden in praktischer und einfacher Form zu vermitteln und damit Menschen auf ihren Wegen zu mehr Gesundheit, Lebendigkeit und Freiheit zu unterstützen.***

**Angebote: Vorträge, wöchentliche Gruppen,  
Wochenend-Seminare, Einzelunterricht.**

Informationen unter  [WWW.TAO-YOGA.NET](http://WWW.TAO-YOGA.NET)

**SONNTAGS-SEMINARE**  
**NOV / DEZ 2007**  
**BOCHUM \* HEBAMMENPRAXIS AM WIESENTAL**

**MEDITATION  
CHI KUNG  
TAI CHI CHUAN**

**[www.tao-yoga.net](http://www.tao-yoga.net)**