

## **Einladung zum Übungstreffen der MQA Qigong- Lehrer**

Liebe Qigong- Lehrer

Unser Ziel ist es, das bei Qigong-Großmeister Qingshan Liu erlernte authentische medizinische Qigong (AMQ) zu üben um uns weiter zu entwickeln und unser Können zu vertiefen. Die Übungen werden wir soweit es möglich ist unter der Anleitung der CD's von Großmeister Liu durchführen. Wir nehmen uns auch Zeit für intensiven Erfahrungsaustausch, Korrekturen bzw. Besprechen von einzelnen Übungen. Das Übungstreffen findet jeden ersten Sonntag im Monat statt. Das Programm wird vor dem Übungstermin auf unserer Website [www.qigong-lehrertreff.de](http://www.qigong-lehrertreff.de) veröffentlicht. Anregungen, Vorschläge und Wünsche zum Programm bitte direkt an mich senden.

### **Ansprechpartner und Organisation:**

Ursula Kokott-Bagci    Tel.: 089/6373729 und 0172/3676313

### **Übungsort:**

Amphitheater im Ostpark - München.

### **Gebühr:**

Die Teilnahme an unserem Treffen kostet pro Kalenderjahr einmalig 10 Euro. Das Geld wird für die Unkosten wie Internet etc. verwendet.

### **Tagesablauf:**

Beginn:                    **10.00 Uhr**  
Mittagspause:        12.30 - 14.30 Uhr  
Ende:                    offen (je nach Bedarf)

### **Termine in 2016**

2. Februar    6. März        3. April        1. Mai            5. Juni        3. Juli  
7. August    4. September    2. Oktober        6. November  
4. Dezember (Ersatz- Termin)

### **Programm für den 13. November 2016:**

- 8 Alltagsfiguren
- Körper - stärkende Gehübung
- Yunhua Gong
- Erfahrungsaustausch