

Tjuk Tan San

umfangreiche Ü des Sechlers

Haus Gaberhell, Seeham
mit

Manfred Friedl Bayer & Gernot Schmauszer

Die mehrteilige Qigong-Übung "Tjuk Tan San" oder "6er" verbindet die beiden Gehirnhälften miteinander, öffnet vor allem die unteren Chakren, den Zentralkanal ChongMai, den Brust-/Herzraum sowie den Schulter-/Schlüsselbeinbereich und harmonisiert die Energien/Qi in den 3 Dantien.

Durch die runden, weichen Bewegungen des Tjuk Tan San entsteht in Körper und Geist ein wunderbares Wohlfühl, das sich dann im ganzen, uns umgebenden Qi-Mantel ausbreitet.

Für den ganzen Zyklus sind 2 Termine notwendig:

Termin 1: Sa 5. und So 6. April 2025

Kosten: 80,00 * (für beide Tage!)

zahlbar vor Ort

*** Der Samstag wird als Gratis-Schnuppertag für diese Übungen vom Salzburger Qigongverein angeboten!**

Auch Mitglieder der österreichischen Qigonggesellschaft sind im Sinne „Pflege der Gemeinschaft“ zum Übetag herzlich eingeladen!

Fortsetzung:

Termin 2: Sa 6. und So 7. Sept. 2025

Kosten: 150,00 für beide Tage

zahlbar vor Ort

(sehr empfohlen ist die Teilnahme bei Teil 1 im April, damit die Übungen hier weiter geführt werden können...)

Anmeldung bitte bei den Organisatorinnen

Annemarie H.O & Christine L.

annerqi@sbg.at

