

# Q I G O N G

*Sich Zeit nehmen -  
Sich wahrnehmen -  
Sich annehmen*

## Einladung zum BAFANHUANGONG - Workshop

Liebe Qigonglehrerin, lieber Qigonglehrer!

Wir haben in unserer QG-Lehrer\*innenausbildung die wunderbare Übungsreihe der BFHG (Achtfache Rückkehr) in Form und Inhalt liebevoll vermittelt bekommen.

Im Laufe der Zeit - wenn diese Übungsreihe nicht regelmäßig geübt und die einzelnen Übungen nicht weiter verinnerlicht werden - verlieren wir die Form dieser Übungen und so auch den Zugang zu den tiefen Inhalten auf unserem QG-Entwicklungs weg.

Aus diesem Grund möchte ich dazu eine Workshopreihe ins Leben rufen. Wer dazu Resonanz und den Impuls hat, die einzelnen BFHG gemeinsam zu wiederholen, sich zu erinnern, zu erarbeiten, um sie vielleicht wieder mehr in den persönlichen Übungsalltag zu integrieren oder diese in euren Gruppen weiterzugeben, dann würde ich mich sehr über eure Rückmeldung oder Anmeldung zum 1. Tagesworkshop freuen.

Wir beginnen an der Basis mit der **1. BFHG** und werden auch das **NierenQistärkende Gehen (QIANGSHENFA)** wiederholen und gemeinsam üben.

Im Herbst 2026 plane ich den nächsten Tages-Workshop mit der 2. BFHG usw.

### 1.BAFANHUANGONG - YI QI SAN QING

Samstag 28. März. 2026

09:00-17:00 Uhr

Beitrag € 70

**Ort:** Hort & Kindergarten, Annabichl, Ehrentaler Str. 24, Klagenfurt

**max. Teilnehmer\*innen:** ca. 20 Personen

Bei Interesse wird um ehestmögliche Anmeldung ersucht



### Anmeldung & Kontakt:

Otmar Roschitz | 0676 6503535 | otmar.roschitz@outlook.com