



**WOLFGANG P. PARETTA**  
Dipl. Qigong-Lehrer



QIGONG UNTERRICHT PARETTA

# QIGONG-KURSE

## IN SALZBURG-PARSCH

### FRÜHJAHRSEMESTER 2020

*Qigong sind alte chinesische Konzentration- und Bewegungsformen, deren Ziel es ist, die Harmonie von Körper, Geist und Seele wiederherzustellen bzw. aufrecht zu halten.*

Erlernen Sie in meinen **Semesterkursen** (15 Abende in wöchentlichem Abstand) entspannende und wohltuende Qigongübungen nach meinem Lehrer Meister Jumin Chen. Ich unterrichte hauptsächlich die daoistischen Übungen der Sechs Harmonien und die komplexeren Bewegungsübungen aus dem Medizinischen Qigong.

In meinen Kursen „**Harmonie Qigong**“ kombiniere ich diese beiden Übungssysteme, wobei die Übungen des Medizinischen Qigong Semester für Semester variieren.

Bei den Kursen „**Medizinisches Qigong**“ unterrichte ich ausschließlich Übungen aus dieser Qigong-Schule. Die 15er-Form ist anspruchsvoller, die 6er-Form einfacher zu erlernen.

**NEUER KURS: Medizinisches Qigong 6er-Form ab Do. 27.02.2020**  
**Schnuppern und Einstieg in laufende Kurse (freie Plätze) immer möglich!**

**GRATIS-INFO-ABENDE: Do. 13.02. u. Mo. 17.02.2020 / 19 Uhr**

#### Kursübersicht Frühjahrssemester 2020

Montag, ab 24.02. / bis 22.06.2020		Donnerstag, ab 27.02. / bis 25.06.2020	
17.30 Uhr	<b>Harmonie Qigong (H1)</b> Fortgeschrittene <b>(ausgebucht)</b>	18.00 Uhr	<b>Harmonie Qigong (H3)</b> Anfänger u. Quereinsteiger <b>(freie Plätze)</b>
18.40 Uhr	<b>Medizinisches Qigong (M1) / 15er-Form</b> Fortgeschrittene <b>(freie Plätze)</b>	19.00 Uhr	<b>Harmonie Qigong (H4)</b> Anfänger u. Quereinsteiger <b>(freie Plätze)</b>
19.45 Uhr	<b>Harmonie Qigong (H2)</b> Anfänger u. Quereinsteiger <b>(freie Plätze)</b>	20.00 Uhr	<b>Medizinisches Qigong (M2) / 6er-Form</b> Anfänger <b>(NEUER Kurstermin)</b>

Einstieg in laufende Kurse bei freien Kursplätzen und auch einmaliges Schnuppern jederzeit möglich.

**Ort:** Kindergarten Derra de Moroda des Sbg. Hilfswerks, 5020 Salzburg, Dr.-Petter-Straße 2a

**Mitzubringen:** bequeme (Gymnastik-) Kleidung, Turnschuhe oder dicke Socken

**Kosten:** € 160,- für 15 Kursabende à 60 Minuten, inklusive Übungsblätter

**Anmeldung:** erforderlich unter [info@qigong-kurs.at](mailto:info@qigong-kurs.at) oder 0680/128 04 08

**Mehr Info auf: [www.qigong-kurs.at](http://www.qigong-kurs.at)**