

Zusatzinfos zu unserer 2. Qi Gong Ausbildung

beginnend am Samstag den 07. August 2010

Grundsätzlich in unserem Konzept hat jeder der beiden Unterrichtstage seinen Schwerpunkt und ist für mehrere Interessentenkreise optimiert. Sowohl den Neuanfänger in unserem Ausbildungsgesamtkonzept, als auch Menschen, die bereits eine oder mehrere Ausbildungen in unserem System absolviert haben und sich hier im Qi Gong Ausbildungssystem einfach weiterbilden möchten.

1. Samstags: Arbeiten wir überwiegend praktisch an einem konkreten Qi Gong oder Nei Gong Set. Entweder wird ein neues Set für alle Teilnehmer vorgestellt, oder eines welches einer intensiveren Bearbeitung bedarf wird wiederholt.
 - a. Für **Neueinsteiger** und **Teilnehmer der zweiten Ausbildung** bedeutet dies sich gleich von Anfang an ganz praktisch mit der Arbeit an einem Set zu beschäftigen. Man erlernt ein oder mehrere Teilsets eines längeren Qi Gong Sets, und bekommt einen ersten, spontanen Eindruck seiner Wirkungen auf unseren Körper, Geist, Energie-System und unsere Emotionen.
 - b. Für die **sich weiter Bildenden, Absolventen einer früheren oder vergleichbaren Vor-Ausbildung** bedeutet es sich dieses Set noch einmal ganz in aller Ruhe anzusehen, hinein zu spüren und neue Aspekte in der Arbeit mit diesem Set zu gewinnen. Da man den Ablauf und die einzelnen Übungen schon kennt und schon über einen gewissen Zeitraum eigene Fühl- und Energie-Erfahrungen mit diesem Set gemacht hat, kann man nun die Zeit nutzen sich voll auf die neu zu erfahrenden veränderten, meist verbesserten Wirkungen zu konzentrieren.
 - c. Die Arbeit des Ausbilders mit diesem Set ist seit dem ersten Erlernen auch weiter bearbeitet worden und auch oder gerade Ausbilder machen eigene Fortschritte und entwickeln sich permanent weiter. Dadurch ist jedes neue Mal, wo auch bereits bekannte Inhalte unterrichtet werden, wirklich ein neues Mal sich mit diesem Lehrstoff auseinanderzusetzen. Gerade durch die laufende Produktion unserer Lehr-DVD Reihe, die bereits jetzt 9 Bände umfaßt werden bereits lange Zeiträume unterrichtete Sets wieder ganz in die Präsenz des Ausbilders geholt. In den letzten Wochen und Monaten hat sich Ausbilder Jung sehr intensiv mit dem Thema 3 Kreise und allen zum riesigen Formenschatz der 5 Elemente gehörigen Übungen und theoretischen Beziehungen innerhalb der 5 Elemente-Lehre auseinandergesetzt. Seit dem letzten Unterrichten haben sich enorm viele neue Querverbindungen und Synergie Effekte durch die Arbeit mit den 5 Elementen ergeben. Dieses neue Wissen und diesen neuen Erfahrungsschatz möchte Meister Jung gerne mit allen Teilnehmern des 1. WE. der neuen Qi Gong Ausbildung teilen.
 - d. Aus diesem Grunde bieten wir an diesem Samstag dem 07. August noch einmal für Alle die 5 Elemente in einer äußerst umfangreichen Darstellung als Einstieg, als auch als Weiterbildung mit großer, neuer Tiefe an. Es werden alle Teilbereiche der neuen Lehr DVD 5 Elemente 1 bearbeitet werden. Sollte die Zeit am Samstag noch

ausreichen, werden auch die inneren Beziehungen der Sinnesorgane zu den Organen, welche den Inhalt der 2. DVD bilden ebenfalls unterrichtet werden.

1. **Die Aktivierung der 5 Elemente Ringe im Stehen, Sitzen und ev. Auch Liegen**, wenn das Wetter sehr warm an diesem WE. sein sollte. Diese Aktivierung kann sowohl am Anfang, als auch ebenso sinnvoll gegen Ende der sonstigen Übungen dieses Tages erneut durchgeführt werden. Man lernt durch die Aktivierung dieser 5 Elemente Zonen oder Ringe, wo sich die Essenz des jeweiligen Elements im Körper sammelt oder wo man es besonders stark fühlen kann. Außerdem kann man das Element von seinem jeweiligen Ring aus am besten aktivieren und kontrolliert in einer Anwendung einsetzen.
2. **Die 5 Elemente Armarbeit** auch für sich selbst stehende Übungsanordnung sehr wirkungsvoll, um Unterschiede herauszuarbeiten. Sie arbeitet mit den Reflexzonen und Elemente-Zonen der Hände, Finger und Arme. Außerdem werden spezifische Akupunkte mit verschiedenen Finger- und Handhaltungen besonders intensiv aktiviert oder ausgeglichen.
3. **Die 5 Elemente Fußarbeit**, auch als für sich stehende Übungsreihe sinnvoll und sehr ergiebig. Sie arbeitet mit den bekannten Reflexzonen der Füße aus den diversen Fußmassage Techniken aus Ost und West. Außerdem werden für jedes Element die unterschiedlichsten Fußbereiche aktiviert, wie Ferse, ganze Fußsohle, der Fußballen oder der große Zeh.
4. **Dann die Fusion von Bein- und Armarbeit zu den 5 Elemente Schritten** mit jeweils spezifischer Atmung. Hier kommt ein höheres, koordinatorisches Geschick hinzu, welches die Wirkung von Einzel Arm- und einzelner Bein- und Fußarbeit nochmals in seiner Gesamtwirkung erheblich steigert. Die gesamte Übung ist ein Cocktail aus den Wirkungen der einzelnen Teilbereiche und hat als vollständiger Cocktail die Wirkung eines jeden Bestandteils in sich, aber eben auch die Wirkung und den Geschmack der gesamten Mischung.
5. Wenn noch genügend Zeit an diesem Tage übrig bleibt, werden wir auch noch **die inneren mental-energetischen Beziehungen unter den 5 Elemente Organen und ihren zugehörigen Sinnes-Organen darlegen und einüben**. Zusätzlich zu den Organ-Sinnesorgan Zusammenhängen werden auch noch diverse Körperbestandteile besonders aktiviert und neuartig fühlbar.