



Tai Chi Forum Deutschland

Bahnhofstr. 39-41
56346 St. Goarshausen

www.tai-chi.de vjung@tai-chi.de

Tel: 06771 / 802 556

Lehrmeister Volker Jung



Inochi und weitere energetische Massagen

Wir haben in den vergangenen Jahren immer wieder in der Winterzeit alljährlich unsere energetischen Massagewochenenden durchgeführt. Dieses Jahr wollen wir unser Standard Programm der vergangenen Jahre ein wenig erweitern.

Zusätzlich zum **Inochi** werden wir die **energetische Bauchdeckenmassage des Chi Lei Jongs** anbieten. Diese ist eine sehr alte chinesische Energiemassage, die dem gesamten Bauch und dem unteren Rippenbereich ihre besondere und ausschließliche Aufmerksamkeit widmet.

Es beginnt mit einer Hautentgiftung, leichten kreisenden Massagebewegungen rund um den Nabel. Ferner werden die Leisten rhythmisch abgedrückt, um den Energiefluß anzuregen. Anschließend werden einige Hand- und Fingertechniken auf der Bauchdecke, für die Leisten und die unteren Rippenbereiche gelehrt und gemeinsam eingeübt.

Je nach Interessens- und Anmeldungsfrage, können die Zeiten zwischen den Inochi Vertiefungen und Wiederholungen und dieser neuen Massage nach Absprache mit den Kursteilnehmern in die eine oder andere Richtung variiert werden. Entweder mehr Inochi, weniger Chi Lei Jong, oder mehr von letzterem und weniger Inochi.

Achtung Termintausch im Dezember, 2 WE. tauschen komplett die Termine: Bitte Neue Termine genau beachten!!!

Der Kurs energetische Massagen tauscht seinen Platz mit dem Wunschkurs der normalerweise 1 Woche später angekündigt war. Da aber Vera bis zum 08. 12. nicht in Deutschland ist, wollen wir den Kurs Energetische Massagen auf das WE. 13. – 14.12.2008 legen und den Wunschkurs auf den ehemaligen Massage-Termin 05. – 07. Dezember.

Termin: Samstag / Sonntag den 13./14. Dezember 2008 /
Kurszeiten: Samstags von 10. 00 – 17.30 Uhr Sonntags 09. 00 – 13. 00 Uhr mit Pausen
Kosten: WE: 300, 275, 250 € je nach Häufigkeit der Buchungen in einem laufenden Kalenderjahr.

Termin: Freitag 12. Dezember 2008

Thema: Die Yin-Yang Brücke:

Kurszeiten: Von 17. – 21. 00 Uhr

Inhalt: Erlernen der so genannten **Yin-Yang-Brücke**, eines aus Punkten aller 12 Hauptmeridiane zusammengestellten Sondermeridians - bestehend aus dem großen Brücken- und dem großen Regulatorkanal. Es werden einzelne Punkte von Kopf bis Fuß auf der Körpervorderseite und von der Fußsohle wieder hinauf bis in den Hinterkopf mental in einer geführten Meditation miteinander verbunden. Dieses Verbinden aller Organ- und Systembezogenen Meridiane (Kreislauf und 3-facher Erwärmer) führt zu einem energetischen Ausgleich zwischen diesen einzelnen Meridianen, wie man sie sonst bei einer Einzelmeridianmeditation oder Energiezentrenmeditationen nie erreichen würde. Diese Meditation ist eine die gesamten Energieverläufe im Körper sehr stark ausgleichende. Außerdem stärkt sie sehr das mentale Vorstellungsvermögen, die feine Wahrnehmung von unterschiedlichen Qi-Qualitäten in den einzelnen Meridianen und die Unterscheidungsfähigkeit für die diversen Organenergien. Zu guter Letzt stärkt diese Meditation auch die allgemeinen geistigen und psychischen Kräfte des Menschen. Das macht sie sehr geeignet in Zusammenhang mit den energetischen Massagekursen. Beide Kurse zusammen ergeben ein sehr ausgewogenes und bestens aufeinander abgestimmtes Programm für Alle, die sich intensiver mit energetischen Massagen und den dazu ergänzend zugehörigen Meditationen beschäftigen möchten, oder es bereits seit Jahren tut. Erlernen der Lokationen aller zu der Yin Yang Brücke gehörigen Meridianpunkte und schrittweises Erspüren und Aktivieren. Gemeinsam in der Gruppe versuchen die Yin-Yang-Brücke am besten auf dem Boden liegend oder stehend zu meditieren. Anschließende Besprechung der gemeinsam gemachten Erfahrungen.

Termin: Freitag den 12. Dezember 2008

Kurszeiten: von 17.00 – 21. 00 Uhr mit kleinen Pausen

Kosten: 75 € oder 60 €je nach Häufigkeit der Buchungen im laufenden Kalenderjahr.

Besonderheiten: Bitte ausreichend warme Kleidung für eine Meditation im Liegen von 30 – 45 Minuten Dauer und eine warme große Decke zum Kurs mitbringen.