Qigong & Meditation
auf dem Kraftort Schweibenalp

Qigong ist ein helfender Begleiter unseres Lebens!

Qigong unterstützt die Gesundheit.
Durch die sanften Körperübungen wird der Körper tief entspannt und werden die Energiebahnen angeregt. Wir nehmen mehr Energie auf und der Energiefluss im ganzen Körper wird harmonisiert.

Qigong hilft, die Ruhe im Herzen zu bewahren.
Durch Übungen und besonders durch das stille Qigong (Meditation) erlebt man inneren Frieden und das Loslassen. Und der Geist wird klar.

All diese Erlebnisse und Bemühungen begünstigen letztendlich die spirituelle Entfaltung.

Kursablauf

7:30-8:00 Stille Meditation	*8:00-9:00 Frühstück*
10:00-10:45 Selbstmassage	
10:45-12:45 Qigong	*13:00-14:00 Mittagessen*
14:00-18:00 Freie Zeit / Behandlung	*18:00-19:00 Abendessen*
20:00-20:20 Meditative Körperarbeit	
20:20-21:00 Stille Meditation	

Nachmittags biete ich die Craniosacrale Behandlung an, die im Kraftort besonders positiv wirken kann. (von den Krankenkassen anerkannt)

Kursdatum: 02-06. Mai 2027
Am 02.05. Ankommen & Einstimmen. 18 Uhr Essen, um 19:30 Uhr Kursanfang.
Am 06.05. um 12:00 Uhr Kursende. Anschliessend Mittagessen um 13 Uhr.
Kursgebühr: 480 Fr.
Kursort: Raum «Licht» im Kraftort Schweibenalp am Brienzersee www.schweibenalp.ch
Kosten für Zimmer mit Vollpension mit Bio-Küche (WC / Dusche im Flur)

- Einzelzimmer: CHF 661.–
- Doppelzimmer: CHF 549.–
- Mehrbettzimmer: CHF 485.–
- Doppel- oder Mehrbettzimmer zur Einzelbelegung: CHF 713.–
- Camper: CHF 429.–
- Zelt: CHF 357.–

Beim Hotel direkt buchen!!! reservation.anfrage@schweibenalp.ch

Kursleiterin und Anmeldung: Jiyon Song
Praxis für Craniosacral Therapie & Energiearbeit/Meditation & Qigong
Sonnenbergstr. 55, 8032 Zürich / Toggenburgerstr. 12, 9650 Neu St. Johann076 489 82 51 www.eineblume.ch / info@eineblume.ch