

Die Ausbilder*innen



Walter Gutheinz
Ausbilder und Lehrer
nach den Richtlinien der DQGG
Heilpraktiker



Rainer Jakisch
Ausbilder und Lehrer
nach den Richtlinien der DQGG
Heilpraktiker
Leiter für Qigong im Tai Chi Forum Berlin



Puma Höflich
Ausbilder*in und Lehrer*in
nach den Richtlinien der DQGG
Heilpraktiker*in, Shiatsu-therapeut*in
www.shiatsu-plus-qigong.de

DEUTSCHE QIGONG GESELLSCHAFT e.V.

Kontakt

Walter Gutheinz
Ebersstraße 76a, 10827 Berlin

Tel.: 030 / 78 28 721

walter.gutheinz@gmx.de

Rainer Jakisch

c/o Tai-Chi-Forum

Tel.: 030 / 69 81 62 57

jakisch@tai-chi-berlin.de

www.qigong-ausbildung-berlin.de



Qigong-Ausbildung in Berlin



Qigong-Ausbildung in Berlin

Die Ausbildung in Berlin erfolgt nach den Ausbildungsrichtlinien der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V. Unser Angebot bietet eine Ausbildung aus einem Guss, aber ohne Festlegung auf einen Meister oder ein spezielles Übungssystem. Die Ausbildung findet in einem fortlaufenden Kurssystem in Form von 11 stündigen Wochenendseminaren statt und umfasst 410 Unterrichtsstunden. Sie erfolgt mit der Kursleiter- und Lehrerstufe in zwei Phasen.

Nach dem Absolvieren der ersten Phase mit 260 Stunden und der erfolgreichen Teilnahme an einem Abschlusskolloquium ist der Erhalt einer Urkunde möglich, die Sie qualifiziert zum/zur

Kursleiter*in

nach den Ausbildungsrichtlinien der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V.

Mit dem Durchlaufen der gesamten Ausbildung mit 410 Stunden und der erfolgreichen Teilnahme an einem Abschlusskolloquium erwerben Sie die Urkunde zum/zur

Lehrer*in

nach den Ausbildungsrichtlinien der DEUTSCHEN QIGONG GESELLSCHAFT e.V.

Beide Urkunden dienen als Ausbildungsnachweis, der von den meisten öffentlichen und privaten Trägern anerkannt wird.

Vor Beginn der Ausbildung wird ein Einführungstag angeboten, der der Studienberatung und dem gegenseitigen Kennenlernen dient. Er verpflichtet aber noch nicht zur Teilnahme an der kompletten Ausbildung.



Qigong Ausbildung

Kursleiterstufe 260 Stunden

Zu Beginn der Ausbildung steht die Selbsterfahrung und die Vermittlung eines fundierten Basiswissens. Anhand von Basisübungen lernen Sie grundlegende Übungsprinzipien kennen, die Sie zu einer korrekten inneren und äußeren Haltung beim Üben von Qigong befähigen.

Die Übungsreihe "Die 18 Bewegungen des Taiji Qigong" fördert die Beweglichkeit des Körpers und ermöglicht Ihnen einen ersten Zugang zum menschlichen Energiesystem. Das System der Leitbahnen wird Ihnen durch besondere Übungen erfahrbar gemacht. Hierbei erlernen Sie auch einige Grundlagen der Anatomie und Physiologie des Menschen.

Mit kleinen Unterrichtsversuchen erwerben Sie erste Kenntnisse und Fertigkeiten beim Vermitteln von Qigong. Sie erhalten dabei ein kollektives Feedback durch uns und die gesamte Ausbildungsgruppe. Pädagogische Leitfragen helfen Ihnen bei der Planung des Unterrichts.

Mit dem System der Wandlungsphasen, eingebettet in die entsprechenden Jahreszeiten, wird die Ganzheitlichkeit der chinesischen Medizin für Sie in Theorie und Praxis erfahrbar.

Das Stille Qigong eröffnet einen tiefen Zugang zu unserer Persönlichkeit. Übungen zur Wahrnehmung der Atmung schaffen eine gute Basis für eine achtsame Schulung unseres Geistes.

Mit einem Kolloquium am Ende der Ausbildung erwerben Sie den Status *Qigong-Kursleiter*in nach den Richtlinien der DQGG*.

Lehrerstufe 150 Stunden

Die auf die Kursleiter*innen-Ausbildung aufbauende Lehrer*innen-Ausbildung dient Ihrer Professionalisierung beim Üben und Unterrichten von Qigong. Sie erlernen mit dem Fan Huan Gong eine Übungsform aus daoistischer Tradition, die einen Einstieg in die 'Innere Alchemie' und damit spirituelles Wachstum ermöglicht. Die Übung des Kleinen Himmlischen Kreislaufs erschließt Ihnen die Energetik der Sondergefäße.

Die Festigung und Vertiefung der Lehrinhalte der Kursleiterstufe ermöglichen eine bessere Souveränität in der Qigong Übungs- und Lehrpraxis.

Mit dem Abschlusskolloquium erwerben Sie den Status *Qigong-Lehrer*in nach den Richtlinien der DQGG e.V.*

Der Ausbildungsplan

Kursleiterstufe (23,5 WE)

Basisübungen (4 WE)

Ursprung des Lichts
5 Elemente
Der Schwimmende Drache
Dantian-Übungen
Innere und äußere Haltung
3fache Gestalt

18-fache Form (2 WE)

Übungen I-12
Bewegtes Stehen
Atmung

Stilles Qigong I (1 WE)

Inneres Lächeln, Heilende Laute
Dantian-Atmung

chin. Medizin I (1 WE)

Einführung in die chin. Medizin
Yin-Yang-Lehre
Wandlungsphasen

Pädagogik/Didaktik I (1 WE)

Pädagogische Grundsätze
Erste Unterrichtsversuche
Einführung in die Theorie und Praxis des Qigong-Unterrichts

Intensivseminar I (1,5 WE)*

Basisübungen und 18-fache Form:
Vertiefung und individuelle Korrektur
Nierenstärkendes Gehen
Üben in der Natur

Selbstmassagen (2 WE)

Leitbahnsystem
Meridian-Qigong
Wichtige Akupressurpunkte

Fan Huan Gong (1 WE)

Einführung, Geschichte des Qigong

18-fache Form (3 WE)

Übungen 13-18
Spezielle Übungsprinzipien:
Spiraldynamik, Zentrierung, etc.
Wirkungen der Übungen

Stilles Qigong 2 (1 WE)

Die Sonne scheint auf das Dantian
Meditatives Gehen

chin. Medizin 2 (2 WE)

Yin-Yang als Regulation
Anwendung der Wandlungsphasen

Pädagogik/Didaktik 2 (2 WE)

Teilnehmererwartungen
Gruppendynamik
Korrektur im Unterricht
Pädagogische Leitfragen

Trainingsseminar I (2 WE)

Lehrproben
Wiederholung, Festigung
Vorbereitung auf das Abschlusskolloquium Kursleiter/in

Abschlusskolloquium Kursleiter*in

Lehrerstufe (13,5 WE)

Fan Huan Gong (3 WE)

8 bewegte Übungen
Einführung in die daoistische Philosophie

Stilles Qigong 3 (1 WE)

Kleiner Himmlischer Kreislauf
Innere Alchemie
Harmonisierung der Atmung

chin. Medizin 3 (1 WE)

Energetische Bedeutung der Vollorgane und der Sondergefäße

Pädagogik/Didaktik 3 (1 WE)

Unterrichtsmethoden
Didaktische Reduktion
Partner- und Gruppenarbeit

Intensivseminar 2 (1,5 WE)*

Fan Huan Gong:
Vertiefung und individuelle Korrektur
Qi-Austausch mit Bäumen
Morgenübung

Fan Huan Gong (2 WE)

Qigong und I Ging
Hun und Po - das chinesische Seelenkonzept
Transformation der Wahrnehmung

Stilles Qigong 4 (1 WE)

Vertiefung des Kl. Himml. Kreislaufs
Einführung in das Zifa-Gong

chin. Medizin 4 (1 WE)

Disharmoniemuster der Organe
vertiefte Yin-Yang-Lehre
Elemente Punkte

Pädagogik/Didaktik 4 (1 WE)

Kursplanung und -organisation
Intervision und gegenseitiger Erfahrungsaustausch

Trainingsseminar 2 (1 WE)

Lehrproben
Vorbereitung auf das Abschlusskolloquium Lehrer/in

Abschlusskolloquium Lehrer*in

Termine

Die Wochenendseminare dauern jeweils:

Sa von 10.00 bis 17.30

So von 10.00 bis 17.00

Unterrichtszeit: 11 Stunden

Kosten

Qigong-Lehrer*innen Ausbildung 5.740,- € / 410 Stunden
ermäßigt*: 5.330,- €

Kursleiterstufe: 3.640,- € / 260 Stunden
ermäßigt*: 3.380,- €

Abschlusskolloquium: 180,- € zusätzlich.

Ein **Wochenendseminar** kostet 154,- €, ermäßigt* 143,- €

Die Seminarstunde kostet 14,- €, ermäßigt* 13,- €
Die Kosten für die Kursleiterstufe sind in 2 Jahresraten oder in 32 bzw. ermäßigt* 29,5 monatlichen Raten zu je 120,- € per Dauerauftrag zu begleichen.

* für Mitglieder der DQGG e.V. (Jahresbeitrag derzeit 55,- €)

Anmeldung

Voraussetzung für die Teilnahme an der Ausbildung ist eine mindestens zweijährige Vorerfahrung im Üben von Qigong oder anderen Bewegungskünsten.

Die endgültige Anmeldung zur Ausbildung wird durch einen schriftlichen Ausbildungsvertrag vollzogen.

Veranstaltungsort

Tai Chi Forum Berlin
Zossener Straße 31
10961 Berlin
U-Bhf. Gneisenaustraße
Tel.: 030 / 69 81 62 57



* Seminarhaus in Brandenburg;
zusätzliche Kosten für Unterkunft