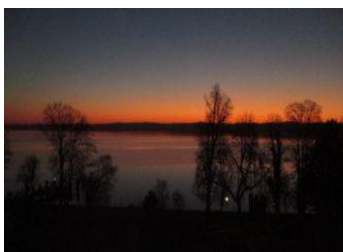


TAIJI QUAN und QIGONG BERNRIED am STARNBERGER-SEE 02. – 09. August 2026



**Stattlich wie ein Bär,
sorglos wie ein Kranich,
furchtlos wie ein Tiger,
kampfeslustig wie ein Hirsch,
verspielt und gewandt wie ein Affe.**

Das Spiel der 5 Tiere, in dem sich Haltung, Bewegung, Geist, Selbstbetrachtung und künstlerischer Ausdruck verbinden, wird das Thema des Sommerseminars sein.

Basisübungen, wie. das 4-Phasen-Modell und Bilder aus anderen Systemen werden das Gestalten der Tiere vertiefen. Alle drei Sequenzen des Wuxing Yangsheng Gong sowie Taiji Quan und Partnerübungen ergänzen das Programm.

Das Kloster, ein weitläufiger Garten, kleine verstreute Stätten für Begegnungen und ein Badesteg in den See bieten ein Ambiente für Ruhe, Bewegung und Goethes Naturbetrachtung.

Wir werden vormittags vier Stunden üben. Auf Wunsch, können abendliche, von mir begleitete Übungseinheiten, weiteren Raum bieten für Austausch, Vertiefung oder fließenden Tagesausklang. An den Nachmittagen kann man sich zu gemeinsamen Unternehmungen zusammenfinden oder sie ganz nach eigenen Bedürfnissen gestalten.

Unterbringung: Bildungshaus St. Martin in Bernried

Das Einzelzimmer mit Vollpension kostet € 121,00 pro Tag

Das Doppelzimmer mit VP kostet p/P € 97,00 pro Tag

Mein Honorar für 40 Zeitstunden beträgt € 380,00

Anmeldung bei:

Schule f. Taiji Quan und Qigong Yangsheng Manfred Buchta

E-Mail: m.buchta@gmx.de