

Kurs i Medicinsk Qi Gong - "Kinesisk Yoga"

Vi anordnar Qi Gongkurs på [Lindsberg Kursgård, Falun](#) 23-25 augusti 2019

Kursen:

Du kommer att få lära dig Jichu Gong, steg 1 i Biyunmetoden som innebär en genomgång av hela kroppen med enkla, långsamma och mjuka rörelser under avspänd koncentration.

Medicinsk Qi Gong:

Stärker ditt immunförsvar, förbättrar din koncentration och motverkar stress och spänningar.

Ger ökad rörlighet och smidighet samt fokuserar på det friska i människan och förebygger och behandlar sjukdomar.

Metoden fördjupar din kontakt med naturen och ökar din Livskraft - Qi.

Träningen kan utövas när och var som helst och kräver inga speciella kläder eller utrustning.

Qi Gongmetoden är skapad av professor Fan Xiulan, Kina och du får Fan Xiulans första bok; *Qigong enligt Biyun: Låt Livskraften Återvända*, samt en CD med instruktioner.

Lärare

Akupunktör Lars Åström har utövat Medicinsk Qi Gong sedan 1992, undervisat i 20 år och är utbildad Qi Gonginstruktör med internationellt certifikat av Professor Fan Xiulan.

Assisterar gör Annika Blomqvist.

Ta med kläder som ej sitter åt...

...och på fötterna varma strumpor eller sockor. Ta också med anteckningsmaterial.

Innerskor då det kan vara kalla golv!

Mat och Logi:

Vegetarisk/Vegankost

Helpension 550 kr/dygn del i dubbelrum, vandrarhemstandard.

Fika och frukt ingår i kursavgiften.

Deltagare hjälps åt med förberedelser för mat och avplockning enligt schema.

Kontakta kursvärdenn Rasmus Blomqvist för bokning av rum, mat och praktiska frågor.

070-489 60 85 lindsberg10@gmail.com <http://www.lindsberg.org>

Kurskostnad:

2 500 kr exkl mat och logi.

Anmälan är bindande och sker med mail till info@laketerapi.se och genom att du betala in anm. avgift 500,- så snart som möjligt på BG 5001-6088 (återbetalas ej).

Glöm inte att skriva ditt namn på betalningen! Sista dag för resterande belopp: 2 000 kr den 24/6.

Återbetalning av kursavgiften sker endast mot uppvisande av intyg.

Anmäl er i god tid, begränsat antal deltagare!

Akupunktör Lars Åström

Läketerapi i Sverige AB

070-664 91 60 lars@laketerapi.se <http://www.laketerapi.se>

Fan Xiulan

Redan som barn lärde sig Fan Xiulan Qi Gongens hemligheter av sin farmor och i över 30 år har hon praktiserat Qi Gong. Hon har skapat "**Biyun - dem hälsobevarende metoden**" och är dess Grandmaster.

Fan Xiulan är utbildad läkare i Traditionell Kinesisk Medicin. Hon är auktoriserad Qi Gongmästare av kinesisk hälsovårdsmyndigheter sedan många år. Hon är styrelseledamot i World Academic Society of Medical Qi Gong och vice generalsekreterare i Chinese Academic Society of Medical Qi Gong.

Sedan 1992 har Biyunmetoden utvecklats i Sverige genom Fan Xiulans försorg och 1995 startades Biyunskolan (numera **Biyunakademin**) i Örbyhus där utbildning i Biyunmetoden bedrevs en längre tid innan skolans huvudsäte flyttades till Västra Skogen i Stockholm med Fan Xiulan som lärare.



Medicinsk Qi Gong

Länkar:

Fan Xiulan

<http://www.biyun.se>

Gröna Draken

<http://www.gronadraken.se>

Akupunktör Lars Åström

<http://www.akupunktur.nu>