

QI GONG

MI 16.30-17.30 | HAUS 4 - HAUT - HÖRSAAL - 1. STOCK (4-G1-158).

Zhineng QiGong als eine medizinische QiGong-Form arbeitet bewusst mit der universellen Lebensenergie - dem Qi. Es fördert den Fluss der Lebensenergie und steigert unsere Lebensqualität. Wir können dieses Qi mit unserem Geist lenken, denn die Energie folgt immer die Aufmerksamkeit. Zhineng Qigong bedeutet daher das "Intelligente Kultivieren der Lebensenergie".

Die einfachen und effektiven Übungen arbeiten auf einer tiefen Ebene und helfen uns, gesund zu bleiben, die Selbstheilungskräfte zu aktivieren und Kraft, Energie und Ruhe mit achtsamen und fließenden Bewegungen zu tanken. Mit Hilfe von Zhineng QiGong können wir Stress, körperlichen Problemen, emotionalen Störungen und Krankheit anders begegnen und bis ins hohe Alter körperlich und geistig fit und ausgeglichen bleiben.

ANTOINE HAMERS

Ich bin Antoine Hamers und stamme ursprünglich aus Holland. Im Land der Tulpen, Windmühlen und des Gouda-Käses habe ich als junger Mensch zunächst das Handwerk unseres Familienbetriebes erlernt. Meine Neugier und mein Wissensdrang haben mich später – unter anderen auch auf vielen Reisen quer durch die Welt – dazu gebracht, die Welt der Medizin, der Naturheilung und der Energetik zu erkunden. Viel durfte ich dabei erleben und lernen, viele großartige Therapeuten auf meinem Weg kennenlernen. Zurück in Holland eröffnete ich meine erste eigene Praxis für Naturheilkunde und arbeitete auch als Masseur. In diesen acht Jahren durfte ich viele Menschen dabei begleiten, ihren Weg zur Heilung und Selbstentwicklung zu finden.

Mein eigener Weg führte mich schließlich 2010 ins Herz der Alpen. In Innsbruck, wo ich heute lebe und arbeite, habe ich eine zweite Heimat gefunden. Vor allem die Tiroler Berge haben mich und mein Leben seither intensiv verändert. Durch sie bin ich noch mehr mit meiner eigenen Natur in Kontakt gekommen. In 2013 habe ich die Chance bekommen, neben meiner bisherigen Ausbildung als Energetiker und Masseur eine mehrmonatige Lehrer-Ausbildung für Zhineng QiGong in China zu absolvieren. Wie sie sicher bereits gelesen haben gilt Zhineng QiGong als die effektivste der elf anerkannten QiGong Formen und wird als medizinisches QiGong bezeichnet. Durch diese wunderschöne und einzigartige Erfahrung in China fühle ich mich glücklicher und zufriedener.

Nun ist es mein großes Bedürfnis, die vielen Vorteile die Zhineng QiGong bietet, an so viel wie möglich Menschen weiter zu geben!

Für mich gibt es nichts schöneres, als ein Teil des Glückes anderer Menschen zu sein!

