

Tai Chi und Qi Gong

Qi Gong Diplomausbildung in Praxis und Theorie

| | | |
|---|-----------------------|---------|
| Medizinisches Qi Gong 3 Jahre | Wu Runjin | 1996-99 |
| Qi Gong Weiterbildungen 1985- heute | | |
| Chinesische Heilgymnastik, Atmung, Energielehre und Fünf Elemente | Chao Nachampassak | 1985-88 |
| Chi Kung Eisenhemd und 6 heilende Laute | Mantak Chia | 1986 |
| Tai Chi Chih "Bewegungsqigong" | John Lash | 1987 |
| Psychologie der 5 Elemente und Meridiandehnungen | Joachim Vieregge | 1989 |
| Qi Gong | Pik Kee Fung | 1989 |
| Erleben der Fünf Elemente aus der Chinesischen Medizin | Craig Carr | 1992 |
| Qi Gong und Grundlagen TCM | Wu Runjin | 1994 |
| Stilles Qi Gong „Zhong Hua Yang Sheng Yi Zhi Gong“ Grundstufe | Liang Ya Shu, China | 1994 |
| Wudang Qi Gong | Su Hua Xiang | 2003 |
| Duft Qi Gong Teil 1 + 2 | Zhang Xiao Ping | 2004 |
| Yiquan | Chen Jumin | 2004/05 |
| Guo Lin Qi Gong | Wang Li | 2005/06 |
| Emerald Dragon Qi Gong | Chris Luth | 2005 |
| TCM Grundlagen / Haltung und Loslassen, Fortbildung SGQT | Hans Peter Tschol | 2005 |
| Chan Si Gong „Reeling Silk“ | Su Hua Xiang | 2006 |
| Shaolin Neijin Yizhichan Qi Gong | Buyin Zheng | 2007 |
| Tao Yoga Basiskurs: inneres Lächeln, Energiekreislauf, 6 heilende Laute | Mantak Chia | 2010 |
| Tao Yoga Fusion 1: Die Kunst der inneren Alchemie | Mantak Chia | 2013 |
| Zhang Zhuang Qi Gong – Die Dynamik des stillen Stehens | Peter den Dekker | 2013 |
| Wiederholung: Das innere Lächeln, Energiekreislauf, 6 heilende Laute | Mantak Chia | 2013 |
| Die MerKaBa – Strahlendes Lichtfeld unseres Seins | Ortlieb Schrade | 2014 |
| Buddhistische Meditation, Fortbildung SGQT | Rainer Künzi | 2014 |
| Einführung in das I Ging (Yijing) Fortbildung SGQT | René van Osten | 2014 |
| Entspannung und Achtsamkeit | Klubschule Aare | 2015 |
| Gesundheits-Qigong Baduanjin und Yijinjing | Yiang Hanping | 2016 |
| Fünf Innere Organe Qi Gong Teil 2 | Wu Shangfeng | 2016 |
| Integration fasziärer Impulse im Qi Gong und Taijiquan | Heinz Peter Steiner | 2018 |
| Fünf Tiere Qi Gong Teil 2 | Zhu Lichan | 2019 |
| Tai Chi Aus- und Weiterbildung 1984 - heute | | |
| Tai Chi Chuan - Shaolin white crane "sun-moon circle" , Tai Chi Stock | John Lash | 1984-89 |
| Taiji, Fünf Elemente Form | Chungliang Ai Huang | 1993 |
| Tai Chi Chuan Yang-Stil, Pekingform 24er | Xi He Tong, in China | 1994 |
| Schwertform 42er | Bai Hong Shuen, China | 1994 |
| Freestyle Push-Hands und Energetisches Tai Chi | Chris Luth | 1997-99 |
| Fächer 42er | Jian Gui Yan | 2000 |
| Push Hands und Tai Chi Prinzipien | Chen Jumin | 2000-02 |
| Tai Chi Partnerform | Chen Jumin | 2000-02 |
| Doppelfächer 48er | Jian Gui Yan | 2001 |
| Tai Chi Anwendungen | Su Hua Xiang | 2001 |
| Tai Chi Chuan Pekingform 24er | Chen Jumin | 2001 |
| Tai Chi Chuan Pekingform 24er Vertiefung | Su Hua Xiang | 2001 |
| Langstock Yang-Stil 49er | Chen Jumin | 2002 |
| Tai Chi Chuan Yang-Stil 85er | Jian Gui Yan | 2002-04 |
| Push Hands | Wilhelm Mertens | 2002 |
| Freestyle Push Hands und Qi Gong | Chris Luth | 2002/05 |
| Push Hands Formen | Su Hua Xiang | 2003/04 |
| Tai Chi Chuan Yang-Stil 85er | Li Rong Mei | 2003 |

| | | |
|--|------------------------|---------|
| Tai Chi Chuan Chen-Stil 38er | Su Hua Xiang | 2003-04 |
| Säbelform Chen Stil | Su Hua Xiang | 2003 |
| Schwertform Yang 32er | Su Hua Xiang | 2004 |
| Tai Chi Chuan Chen-Stil 38er Vertiefung und Reeling Silk | Chen Xiao Wang | 2005 |
| Schwertform Chen 57er | Su Hua Xiang | 2006 |
| Push Hands und Reeling Silk | Su Hua Xiang | 2006 |
| Freestyle Push-Hands und Anwendungen | Chris Luth | 2006 |
| Tai Chi Chuan Yang-Stil 85er Vertiefung | Yang Jun | 2008 |
| Taktiler Unterstützen im Bewegungsunterricht | Katharina Picard | 2010 |
| Sturzprävention im Unterrichten | Brigitte Weber | 2013 |
| Tai Chi – Qi Gong Teil 1 | Wu Shangfeng | 2016 |
| Reeling Silk, Stehende Säule, 9er Chenstilform, Meditation&Philosophie | Jan Silberstorff | 2021 |
| | | |
| | | |
| | | |
| Pädagogik / Didaktik | | |
| Gruppe und Leitung: Kommunikation, Gruppenentwicklung, Leitung und In | Klubschule Aare | 1997 |
| Präsentationstechniken / Visuelle Darstellung / Stimm- und Sprechtechnik | Klubschule Aare | 2008 |
| Horse-assisted Leadership Live Experience Training | Equixplore, A. Haering | 2011 |
| Non & verbale Kompetenz in Gruppensituationen effizient eingesetzt, 2x | Klaus Hellstern | 2014 |
| Rhetorik | Mark Alder | 2015 |
| Entspannung und Achtsamkeit | Corinne Susaneck | 2015 |
| Auftritt Authentisch und sicher | Daniel Grob | 2016 |
| Tipps und Tricks für den Flip | Beatrice Kaufmann | 2017 |
| Online Unterricht Basic Zoom 1+2 | M. Jenni, N. Schmidt | 2020 |