

Workshop in Velp

“Vijf elementen: Water en Zhineng Qigong”

gegeven door: Irma van Tuil & Gonnie van de Lang



De vijf elementenleer vormt samen met yin-yang de fundamentele basis van de Chinese theorie. Het beschrijft de kringloop van het universum, ieder element komt voort uit het andere. De vijf elementen staan in relatie tot elkaar en oefenen invloed uit op elkaar. Binnen deze workshop staat het waterelement met de nieren en blaasenergie centraal. Het water element is de basis, het begin en eind van de levenscyclus. In de natuur staat het voor rust en herstel, naar binnen keren en energie opdoen voor een nieuwe cyclus. In deze workshop wordt in de ochtend de theorie behandeld en in de middag Zhineng Qigong oefeningen in relatie met het houtelement. De deelnemer krijgt een cursusmap met informatie over de behandelde theorie. Een dag met veel vernieuwende oefeningen om zelf mee aan de slag te gaan of te integreren in je lessen. De ochtend wordt verzorgd door Gonnie en de middag door Irma.

Ochtendprogramma theorie Gonnie

- Meridiaan verloop nieren en blaasenergie
- Algemene functies en relaties zoals emotie, seizoen, kleur, weefsels
- Balans en disbalans water element
- Hoe versterk je het water element
- Voedingsadviezen vanuit de TCM voor de nierenergie
- Voorbeelden Qigong oefeningen voor de nieren en blaasenergie
- Praktische tips om te integreren binnen je lessen of werkzaamheden

Ter voorbereiding op de theorie is het aan te raden om de artikelen bij 'in de media' over de vijf elementen op mijn site te lezen.

Middag programma Irma

- Uitleg over oefeningen voor blaas en nierenergie vanuit de Zhineng Qigong
- Demonstratie van oefeningen
- Vooral veel oefenen en ervaringen uitwisselen.

De dag zal bestaan uit een combinatie van theorie, praktische toepassingen, tips en praktijk met oefeningen.

Voor wie

Voor alle belangstellenden, therapeuten, zhineng qigong instructeurs en beoefenaars, yoga docenten en beoefenaars, die hun blik willen verruimen. De oefeningen zijn zeer vernieuwend en het effect is direct merkbaar.

Docenten

Irma van Tuil is Zhineng Qigong instructeur level 1 en 2 met de kinderspecialisatie. Zij heeft de opleiding "Holistic Clinical Therapy" tot Qigong therapeute gevolgd in Maleisië en werkt in het team van leraar Ooi Kean Hin. Zij heeft een praktijk als Qigong therapeut en is werkzaam als instructeur met een brede ervaring. Zie: www.bambootiger.nl

Gonnie van de Lang is acupuncturist, kleurenpuncturist, yoga en zhi neng qigong instructeur level 1 en 2. Zij heeft een praktijk en is werkzaam als yoga en qigong docent met een brede ervaring. Zij heeft verschillende boeken geschreven op gezondheidsgebied en schrijft regelmatig voor gezondheidsbladen. Zie: www.vandelang.nl

- Datum:** **Zaterdag 1 december 2018**
- Tijd:** 10.00 tot 16.30 uur. Inloop 9.30 uur
Ochtenddeel Gonnie 10.00 tot 12.45 uur
12.45 tot 13.45 uur lunch
Middagdeel Irma 13.45 tot 16.15 uur
16.15 uur tot 16.30 uur vragen en evaluatie
- Kosten:** € 115,00 (inclusief BTW) informatiemap, koffie/thee en een heerlijke, gezonde lunch. Zie betalingsvoorwaarden blad 3.
- Aantal deelnemers:** minimaal 15 personen en maximaal 20 personen
- Mee te nemen:** schrijfmateriaal, makkelijke kleding aandoen en sokken.
- Opgave:** middels het zenden van een email gonnie@vandelang.nl of 0546-577070
U krijgt na de opgave een bevestiging via mail of telefoon.
Cursusgeld €115,00 (incl. BTW) uiterlijk 14 dagen voor aanvang van de cursus via de bank te voldoen t.n.v. G. van de Lang,
banknummer: NL28 RABO 015 7901 777
onder vermelding van 'workshop water zhineng'.
Je inschrijving wordt dan definitief.
De boeken van Gonnie zijn met korting te koop op de workshop.
- Locatie:** Parkstaete zalencentrum in Velp, parkstraat 3
(de navigator op nummer 1 zetten). ROUTE zie www.parkstaete.com
Op de site staat vermeld hoe u het beste kunt rijden.

Hoop u te ontmoeten op de workshop.

Warme groet,

Irma van Tuil & Gonnie van de Lang

Betalingsvoorwaarden

Indien je de workshop gaat volgen is het mogelijk een plek te reserveren. Deze is definitief zodra het cursusgeld is ontvangen. Het bedrag dient uiterlijk 14 dagen voor aanvang van de cursus te zijn voldaan. Het bewijs van betaling ontvang je op de workshopdag.

Annulering door docenten

Bij onvoldoende deelname of overmacht kan de cursus door de docenten worden geannuleerd en wordt het workshopgeld binnen 7 dagen volledig gerestitueerd.

Annulering door cursist

Mocht je door omstandigheden verhinderd zijn deel te nemen aan de workshop waarvoor je je hebt ingeschreven, dien je dit uiterlijk 14 dagen voor aanvang van de workshop per mail of telefonisch door te geven.

Bij latere annulering (binnen 14 dagen voor aanvang van de workshop) wordt het workshopgeld niet gerestitueerd.

Bij ziekte zal er in overleg met je gekeken worden naar een andere datum indien de cursus ook op andere dagen wordt gegeven. Het is in overleg mogelijk iemand anders voor jou in de plaats de cursus te laten volgen.