

Sheng Zhen



Sheng Zhen Gong - Seminar mit Karma Tsultim Namdak 26./27. Oktober 2019 in Berlin – Wilmersdorf

Liebe Sheng Zhen FreundInnen,
ich freue mich sehr, dass **Karma Tsultim Namdak** aus Hamburg auch in diesem Jahr wieder zu uns kommen wird, dessen liebevolle, tiefe Praxis und Vermittlung des Sheng Zhen Gong uns auf ganz besondere Weise anspricht.

Während des Wochenendes wird er uns in das **Heaven Nature Gong** (Kuan Yin - Stehende Form) einführen und vertiefen.

Die Übungen stärken die Muskeln und die Sehnen. Der Körper wird geschmeidiger. Die Meridiane werden geöffnet und das Qi, unsere Lebensenergie wird harmonisiert. Regelmäßig angewandt führen die Übungen durch eine energetische Stimulation des Körpers und ein friedvolles Erkunden der eigenen Mitte zu mehr innerer Ruhe, Zufriedenheit und Gelassenheit sowie zur allgemeinen Stärkung der Gesundheit.

Dieses anmutige Qigong ist gut an einem Wochenende erlernbar und **für Anfänger und Fortgeschrittene** gleichermaßen geeignet.

Karma Tsultim Namdak ist im ehemaligen Königreich Sikkim, an der Grenze zu Tibet, geboren. Er wurde 18 Jahre lang in einem tibetisch - buddhistischen Kloster in buddhistischer Philosophie und Meditation unterwiesen. Seit 1993 lebt er in Deutschland. Im Jahr 2001 begegnete er Meister Li JunFeng, dem international bekannten Qi Gong Meister und Begründer des Sheng Zhen Gong. Karma Tsultim Namdak ist einer der erfahrensten Sheng Zhen Lehrern weltweit und unterrichtet seit 2003 vor allem in Deutschland, Frankreich, Österreich und Schweiz. Siehe auch Karma Tsultims Namdaks Webseite: www.qigong-training.de

Zeit: Samstag, 26.10.19 von 10 – 18 Uhr *
Sonntag, 27.10.19 von 09.30 – 15.30 Uhr *
*mit Mittagspause

Neuer Ort: Vater-Unser-Gemeinde, Gemeindesaal,
1. Stock, Detmolder Str. 17 (Ecke Blissestr.),
10715 Berlin

Verkehrsanbindung:

S+U Bahnhof Bundesplatz oder Heidelberger Platz,
Bus 101

Seminargebühr: 150 EUR
Frühbucherrabatt bis 10.07.2019 130 EUR

Anmeldung und Information:

Mirjam Kellig
Tel.: 030 – 91 68 98 85
Mobil: 0177 – 259 54 11
Mail: mirjamkellig@web.de

Wir freuen uns auf ein Wiedersehen bzw.
Kennenlernen.

Mit herzlichen Grüßen
Mirjam Kellig

