

Bitte faxen

(089) 75 90 57 86

oder senden an:

SMS – Societas Medicinae Sinensis
Internationale Gesellschaft für
Chinesische Medizin e.V.
Abteilung Tuina/Qigong/Diätetik
Franz-Joseph-Straße 38

80801 München

Absender

Name

Vorname

Straße

Hausnr.

PLZ

Ort

Telefon (für Rückfragen)

E-Mail

 Ich interessiere mich für die Mitgliedschaft in der SMS.

Datum

Unterschrift

Anmeldung

Hiermit melde ich mich für folgende(n) Kurs(e) an:

Bitte senden Sie mir eine Anmeldebestätigung.

Praktische Kurse

Die zu erlernende Taiji-Sequenz im Yang-Stil (nach Zheng Manqing) besteht aus drei Abschnitten (Grundstufe, Mittelstufe, Oberstufe), von denen jedes wiederum in drei Teile unterteilt ist.

- Grundlagen des Taiji: 21./22. Mai 2011 (12 UE)**
Vermittlung der Grundprinzipien des Taiji anhand von einfachen Übungen; Unterschiede und Gemeinsamkeiten mit Qigong; Erlernen der Grundpositionen und erster Bewegungsmuster einer Taiji-Sequenz im Yang-Stil (nach Zheng Manqing).
- Grundstufe Taiji I (Yang-Form): 9./10. Juli 2011 (12 UE)**
Beginn mit dem ersten Drittel der Taiji-Sequenz im Yang-Stil (nach Zheng Manqing); zur Ergänzung Einzelübungen auch mit einem Partner.
- Grundstufe Taiji II (Yang-Form): 24./25. Sept. 2011 (12 UE)**
Weiterführung in den mittleren Teil des ersten Drittels der Taiji-Sequenz im Yang-Stil (nach Zheng Manqing); zur Ergänzung Einzelübungen und Erläuterung der Grundlagen.
- Grundstufe Taiji III (Yang-Form): 15./16. Okt. 2011 (12 UE)**
Abschluss des ersten Drittels der Taiji-Sequenz im Yang-Stil (nach Zheng Manqing); zur Ergänzung vertiefende Einzelübungen.
- Mittelstufe Taiji I (Yang-Form): 12./13. Nov. 2011 (12 UE)**
Beginn mit dem zweiten Drittel der Taiji-Sequenz im Yang-Stil (nach Zheng Manqing); zur Ergänzung Einzelübungen auch mit einem Partner.
- Mittelstufe Taiji II (Yang-Form): 10./11. Dez. 2011 (12 UE)**
Weiterführung in den mittleren Teil des zweiten Drittels der Taiji-Sequenz im Yang-Stil (nach Zheng Manqing); zur Ergänzung Einzelübungen und Erläuterung der Grundlagen.
- Mittelstufe Taiji III (Yang-Form): 14./15. Jan. 2012 (12 UE)**
Abschluss des zweiten Drittels der Taiji-Sequenz im Yang-Stil (nach Zheng Manqing); zur Ergänzung vertiefende Einzelübungen.
- Oberstufe Taiji I (Yang-Form): 3./4. März 2012 (12 UE)**
Beginn mit dem letzten Drittel der Taiji-Sequenz im Yang-Stil (nach Zheng Manqing); zur Ergänzung Einzelübungen.
- Oberstufe Taiji II (Yang-Form): 5./6. Mai 2012 (12 UE)**
Weiterführung in den mittleren Teil des letzten Drittels der Taiji-Sequenz im Yang-Stil (nach Zheng Manqing); zur Ergänzung Einzelübungen und theoretische Erläuterungen.

- Oberstufe Taiji III (Yang-Form): 16./17. Juni 2012 (12 UE)**
Abschluss des letzten Drittels der Taiji-Sequenz im Yang-Stil (nach Zheng Manqing); zur Ergänzung vertiefende Einzelübungen.
- Taiji-Praxisseminar 21./22. Juli 2012 (12 UE)**
Schwerpunkt: Unterrichten von Taiji, Didaktik; Vorstellung von klinischen Studien zum Taiji und von Erfahrungsberichten; Prüfungstermin.

Theoretische und ergänzende Kurse

- Qigong und Lebenspflege (yangsheng) zur besseren Versorgung der Augen, Teil 1: 3./4. Dez. 2011 (12 UE)**
Dieser Kurs umfasst sowohl einfache Qigong-Übungen zur besseren Versorgung und Entspannung der Augen als auch das Erlernen wichtiger Akupressurpunkte, die speziell auf die Augen wirken.
- Grundlagen und Diagnostik der chinesischen Medizin: 20.-22. Jan. 2012 (20 UE)**
Einführung in die Grundlagen der chinesischen Medizin (Qi, Yin/Yang, Fünf Wandlungsphasen); Erstellung einer chinesischen Diagnose (Puls- und Zungendiagnostik).
- Funktionskreise I: 10./11. März 2012 (12 UE)**
Einführung in die Physiologie, Pathologie und Therapie der „Lungen“- und „Mitten“-Funktionskreise mit klinischen Beispielen und Fallbesprechungen.
- Funktionskreise II: 28./29. April 2012 (12 UE)**
Einführung in die „Leber“- und „Herz“-Funktionskreise.
- Lebensführung in der TCM: 23./24. Juni 2012 (12 UE)**
Grundlagen der chinesischen Lebensführung; historischer Überblick; Empfehlungen für die verschiedenen Jahreszeiten, Tageszeiten und Lebensalter; das Ineinandergreifen der verschiedenen Verfahren wie Qigong, Taiji, Diätetik und Tuina.
- Funktionskreise III: 30. Juni /1. Juli 2012 (12 UE)**
Einführung in den „Nieren“-Funktionskreis und die wichtigsten Krankheitsagenzien.

Hinweis:

Die Kurse werden im Rahmen des Präventionsprogrammes der meisten gesetzlichen Krankenkassen anerkannt und teilweise mehrfach im Jahr bezuschusst.

Die Bezahlung erfolgt durch:

- Beiliegenden Scheck (wird zwei Wochen vor Kursbeginn eingelöst)
- Überweisung auf das Konto 35 95 16 10
HypoVereinsbank BLZ 700 202 70

Eine Stornierung ist nur bis zwei Wochen vor Kursbeginn möglich. Danach können die Kosten nur erstattet werden, falls jemand von der Warteliste nachrückt.



Taiji

Chinesische Bewegungstherapie

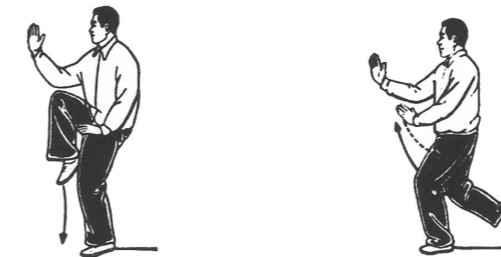
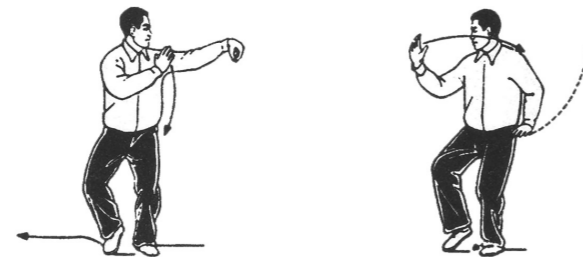
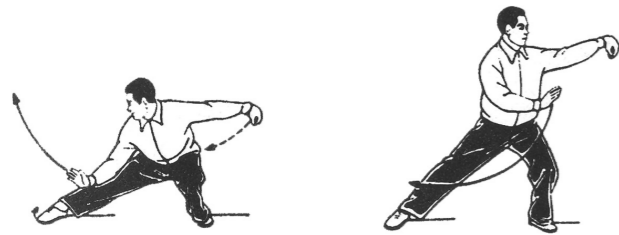
Wochenendkurse / Fortbildung
2011/2012

太極



Societas Medicinae Sinensis

SMS
Internationale Gesellschaft
für Chinesische Medizin e.V.



Taiji-Fortbildung im Rahmen der SMS

Was ist Taiji? Die Bewegungsübungen des Taiji gehören zu den wichtigsten therapeutischen Verfahren der chinesischen Medizin. Taijiquan oder Taiji (auch T'ai Chi geschrieben), „mit leerer Faust gemäß dem *taiji* kämpfen“, wird zum einen den chinesischen Kampfkünsten, zum anderen den gesundheitserhaltenden Übungen des Qigong zugeordnet.

Qigong ist der moderne Oberbegriff, unter dem gesundheitsfördernde Übungen in Ruhe oder in Bewegung (wie Taiji) zusammengefasst werden. Die vielfältigen Techniken des Qigong (wörtlich „Arbeit“ oder „Umgang“ mit dem Qi) stimmen Atmung, Konzentration und Bewegung so aufeinander ab, dass der Qi-Fluss im Körper harmonisiert werden kann. Im Vordergrund stehen dabei die Wahrnehmung des Qi und der Umgang damit. Als Selbsttherapie hat sich Qigong auch bei uns im Westen bei zahlreichen Krankheitsbildern gut bewährt (wie Asthma, Hypertonie, Migräne, Tinnitus, LWS- und HWS-Syndrom).

Liegt beim Qigong die Betonung auf der Wahrnehmung des Qi, so stehen beim Taiji die gleichmäßigen, langsam fließenden Bewegungen und seine grundsätzlich ausgleichende Wirkung im Vordergrund. Neuere klinische Studien haben gezeigt, dass sich Taiji positiv auf die Funktion des Zentralnervensystems, die Durchblutung der Herzkranzgefäße, die Regulierung des Blutdruckes sowie auf den Gleichgewichtssinn auswirkt. Darüber hinaus kann es das Immunsystem stärken und ausgleichend und kräftigend auf den gesamten Bewegungsapparat wirken.

Fortbildung für Taiji Die SMS bietet 2011 erstmals ein vollständiges Fortbildungsprogramm für Taiji im Rahmen der traditionellen chinesischen Medizin an. Es richtet sich vor allem an Interessenten aus medizinischen Berufen und Personen, die ihre Kenntnisse im Taiji in der allgemeinen Gesundheitspflege,

im künstlerischen Bereich sowie in der Bildungsarbeit einsetzen wollen. Durch das Kursprogramm sollen die Teilnehmer/-innen dazu befähigt werden, Taiji verantwortungsbewusst weiterzugeben bzw. in ihre berufliche Tätigkeit zu integrieren.

Fortbildungsdauer Die Fortbildung umfasst 300 Unterrichtseinheiten (UE) über mindestens zwei Jahre. Nach Abschluss aller 300 UE kann nach einer schriftlichen und mündlichen Prüfung ein Zertifikat erworben werden.

Inhalt An zehn aufeinander aufbauenden Wochenenden werden zunächst die Grundlagen des Taiji (mit einfachen Übungen, 1. Wochenende) sowie eine gesamte Übungssequenz im Yang-Stil (nach Zheng Manqing) in neun weiteren Wochenendkursen erlernt (insgesamt 120 UE). Zugleich werden in diesen Kursen die Grundprinzipien des Taiji erläutert und die Bezüge zur chinesischen Medizin ausführlich dargestellt.

Ein Kernstück der Fortbildung stellen die **Theoretischen Kurse** dar (wie Grundlagen und Diagnostik der chinesischen Medizin, Funktionskreise I bis III, Theorie und Technik des Taiji bzw. Qigong, 60-84 UE). Darüber hinaus werden angeboten: Taiji-Praxisseminare (24 UE), Sonderkurse (z.B. Akupressur und Augen-Qigong, 24-36 UE) und Hospitationsstunden (36-60 UE).

Zusätzlich bietet die SMS **fortlaufende, wöchentliche Kurse** und **Taiji-Sonderkurse** an. Siehe auch auf der Internet-Seite Unterpunkt „Ergänzende Kurse“ oder unter „Download“ Abruf der gesonderten Fallblätter als pdf.

Ausbildungsort Alle Kurse finden in München statt. Der genaue Kursort wird den Teilnehmern rechtzeitig vor Kursbeginn mitgeteilt.

Ausbildungsleiterin: Dr. Ute Engelhardt

Was ist die SMS? Die Societas Medicinae Sinensis (SMS, Internationale Gesellschaft für Chinesische Medizin e.V.) bildet seit 30 Jahren Ärzte in chinesischer Medizin aus. Sie ist eine der ältesten deutschsprachigen Ärztegesellschaften für traditionelle chinesische Medizin und eine der führenden Kräfte bei deren Integration in das deutsche Gesundheitswesen.

Neben dieser ärztlichen Schule hat die SMS auch eine Schule, die für alle Interessierten offen ist und Ausbildungen in Qigong, Taiji, Chinesischer Diätetik und Tuina (chinesische manuelle Therapie) anbietet. Die SMS legt größten Wert auf individuelle Betreuung, weshalb die Zahl der Teilnehmer bei praktischen Qigong-, Taiji-, Diätetik- und Tuina-Kursen in der Regel auf 20 beschränkt ist.

Empfohlene Literatur

Engelhardt, Ute

Theorie und Technik des Taiji Quan

1981, 132 S., zahlr. Abb., geb. € 19,-

WBV Biologisch-Medizinische Verlags-GmbH

Neben der anschaulichen Darstellung von Geschichte, theoretischen Hintergründen und Techniken vermittelt dieses Buch ein profundes Wissen über die Grundprinzipien des Taijiquan, die anhand des Chen-Stils, des ältesten bekannten Stils des Taijiquan, erläutert werden.

Anmeldungen oder Anfragen auch zu Tuina und Diätetik bitte schriftlich, telefonisch oder per Internet an:

SMS – Societas Medicinae Sinensis
Internationale Gesellschaft für
Chinesische Medizin e.V.

Franz-Joseph-Straße 38 80801 München

Tel (089) 75 90 57 85 Fax (089) 75 90 57 86

mhartmann@tcm.edu

www.tcm.edu

Kurszeiten

Samstag	10.00-13.00 Uhr, 14.30-17.30 Uhr
Sonntag	10.00-13.30 Uhr

Kurs „Grundlagen und Diagnostik“

Freitag/Samstag	9.00-12.30 Uhr, 14.30-17.30 Uhr
Sonntag	9.00-12.30 Uhr

Gebühren

SMS-Mitglieder	155 € (oder pauschal 1.395 € für 10 Kurse außer „Grundlagen und Diagnostik“)
----------------	--

Nichtmitglieder	205 €
-----------------	-------

Kurs „Grundlagen und Diagnostik“ (3 Tage)

SMS-Mitglieder	250 €
Nichtmitglieder	350 €

Prüfungsgebühr	50 €
----------------	------

Mitgliedsbeitrag Der SMS-Mitgliedsbeitrag beträgt 180 € pro Jahr, für AIPs, arbeitslose Ärzte und Studenten 55 €. Mitglieder erhalten unberechnet viermal jährlich die im Verlag Urban & Vogel erscheinende Zeitschrift „Chinesische Medizin“ (Jahresabonnement regulär 102 €).