

Absender

Name Vorname
Strasse Hausnr.
PLZ Ort
Telefon (für Rückfragen) E-Mail

Datum Unterschrift

QIGONG

Kursleiter/Innen (Auswahl)

Dr. Ute Engelhardt ist Sinologin mit Schwerpunkt auf Chinesischer Medizin und Diätetik sowie chinesischen Bewegungstherapien. Zahlreiche Veröffentlichungen.

Dr. med. Rainer Nögel, Internist, beschäftigt sich seit 1985 mit Chinesischer Medizin und ist seit 1996 Mitarbeiter der Praxis Dr. Hempten, wo er außer mit Akupunktur und Arzneimitteltherapie auch mit chinesischer Diätetik behandelt.

Dr. med. Yumiko von Hasselbach ist niedergelassen als Allgemeinmedizinerin mit Ausrichtung Chinesische Medizin, Naturheilverfahren, Chiro-/Manuelle Therapie, Akupunktur in München.

Empfohlene Literatur

Engelhardt, Ute/Hildenbrand, Gisela/Zumfelde-Hüneburg, Christa (Hrsg.)

Leitfaden Qigong

2. Auflage 2014, 544 S., geb., € 69,99, Urban & Fischer
ISBN: 978-3-4375-6341-6

Dieses Buch erläutert zunächst die grundlegenden Konzepte und Übungsprinzipien des Qigong. Anhand von ausgewählten Übungen demonstrieren die Autoren, wie Qigong in der Prävention und bei häufigen Krankheitsbildern (z. B. Schmerzen, Bluthochdruck, Asthma etc.) eingesetzt werden kann. Außerdem werden verschiedene Anwendungsgebiete des Qigong beschrieben (z. B. bei Kindern, in der Schwangerschaft, im Alter).

Das Angebot der Offenen Schule

Die Kurse richten sich an Therapeuten und Interessierte

- QIGONG – Chinesische Bewegungstherapie**
300 UE | mind. 24 Monate
- TAIJI – Chinesische Bewegungstherapie**
300 UE | mind. 24 Monate
- DIÄTETIK – Chinesische Ernährungstherapie**
ca. 200 UE | ca. 24 Monate
- TUINA – Chinesische manuelle Therapie**
mind. 200 UE | ca. 24 Monate
- SONDERSEMINARE – Ergänzung zu allen Themengebieten**

Weitere Informationen unter www.tcm.edu

2017-2019

QIGONG

Chinesische Bewegungstherapie
Wochenendkurse/Ausbildung

氣功



Was ist die SMS – Societas Medicinae Sinensis?

Die SMS – Internationale Gesellschaft für Chinesische Medizin e.V. bildet seit 40 Jahren Ärzte in Chinesischer Medizin aus. Sie ist eine der ältesten deutschsprachigen Ärztesellschaften für Traditionelle Chinesische Medizin und eine der führenden Kräfte bei deren Integration in das deutsche Gesundheitswesen.

Die Offene Schule der SMS

Neben der Ärztlichen Schule, die sich an Ärzte und Medizinstudenten richtet, hat die SMS außerdem die Offene Schule, die Ausbildungen in Qigong, Taiji, chinesischer Diätetik (chinesische Ernährungstherapie) und Tuina (chinesische manuelle Therapie) für alle Interessierten 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.

SMS – SOCIETAS MEDICINAE SINENSIS

Internationale Gesellschaft für Chinesische Medizin e.V.
Franz-Joseph-Straße 38, 80801 München
Telefon 089 - 75 90 57 85 | Fax 089 - 75 90 57 86

• www.tcm.edu | ✉ a.gruell@tcm.edu

INTERNATIONALE
GESELLSCHAFT
FÜR CHINESISCHE
MEDIZIN E.V.



SMS
SOCIETAS
MEDICINAE
SINENSIS



SMS-Ausbildung QIGONG
Ausbildungsumfang 300 UE
Dauer mind. 24 Monate

Die Qigong-Wochenendkurse können als einzelne Kurse belegt werden. Zugleich werden sie als Bausteine im Rahmen des Ausbildungsprogramms anerkannt. Nach Absolvierung aller 300 UE kann nach der Prüfung ein Zertifikat erworben werden.

Was ist Qigong?

Die Bewegungsübungen des Qigong gehören zu den wichtigsten therapeutischen Verfahren der Chinesischen Medizin. Bei den vielfältigen Techniken des Qigong (wörtlich „Arbeit“ oder „Umgang“ mit dem Qi) werden Atmung, Konzentration und Bewegung so aufeinander abgestimmt, dass der Qi-Fluss im Körper direkt gespürt und harmonisiert werden kann. Im Vordergrund stehen dabei die Wahrnehmung des Qi und der Umgang damit. Aus diesem Grund hat sich Qigong bei zahlreichen Krankheitsbildern (Asthma, Hypertonie, Migräne, Tinnitus, LWS- und HWS-Syndrom) als Selbsttherapie sehr gut bewährt.

Es wirkt sich positiv auf die Funktion des Zentralnervensystems, die Durchblutung der Herzkranzgefäße, die Regulierung des Blutdruckes sowie auf den Gleichgewichtssinn aus. Darüber hinaus kann es das Immunsystem stärken und wirkt besonders ausgleichend und kräftigend auf den gesamten Bewegungsapparat.

Qigong-Ausbildung

Die SMS bietet seit Jahren ein vollständiges Ausbildungsprogramm für Qigong im Rahmen der Traditionellen Chinesischen Medizin an. Es richtet sich vor allem an Interessenten aus medizinischen Berufen und Personen, die ihre Kenntnisse im Qigong in der allgemeinen Gesundheitspflege, im künstlerischen Bereich sowie in der Bildungsarbeit einsetzen wollen.

Durch das Ausbildungsprogramm sollen die Teilnehmer/-innen dazu befähigt werden, Qigong verantwortungsbewusst weiterzugeben bzw. in ihre berufliche Tätigkeit zu integrieren.

Inhalt der Qigong-Ausbildung

Praktische Kurse: Vier Qigong-Grundübungen mit unterschiedlicher Wirkrichtung: **Kranich, Acht-Brokat, Sechs Laute, Übungen im Gehen.** Angeboten werden Grund- und Vertiefungskurse (insgesamt 96 UE, im ersten Jahr maximal mit zwei Grundübungen beginnen), Qigong-Praxisseminare (24 UE), Sonderkurse (z. B. Akupressur und Augen-Qigong, 24-36 UE), Hospitationsstunden (36-60 UE). Es werden zusätzlich die fortlaufenden Kurse für Qigong empfohlen.

Theoretische Kurse: Grundlagen und Diagnostik, Funktionskreise I bis III, Theorie und Technik des Qigong.

Zusätzlich bietet die SMS **Qigong-Sonderkurse** und **fortlaufende**, wöchentlich stattfindende, **Kurse** an. Termine und Flyer-Download unter www.tcm.edu oder www.tcm.edu/download

PRAKTISCHE KURSE

Qigong-Grundkurs Teil 1 (12 UE)
 23./24. September 2017 (Acht Brokate)
 22./23. September 2018 (Kranich)

Qigong-Übungen in Ruhe, im Stehen, Sitzen und Liegen; erste Qigong-Übungen in Bewegung; Einführung in die „Acht Brokat“- (2017) bzw. „Kranich“-Übungen (2018).

Qigong-Grundkurs Teil 2 (12 UE)
 21./22. Oktober 2017 (Acht Brokate)
 20./21. Oktober 2018 (Kranich)

Weiterführung in die nächsten Formen der „Acht Brokat“- (2017) bzw. „Kranich“-Übungen (2018).

Vertiefung „Acht Brokat“- bzw. „Kranich-Übungen“ (12 UE)
 25./26. November 2017 (Acht Brokate)
 24./25. November 2018 (Kranich)

Grundlegende Vertiefung der „Acht Brokat“- (2017) bzw. „Kranich“-Übungen (2018) mit genauen Korrekturen; theoretische Grundlagen dieser Übungen und Erörterung ihrer Wirkweise.

Qigong-Grundkurs „Leberschritt“ (12 UE)
 03./04. Februar 2018

Einführung in die „Übungen im Gehen“ mit Bezug zum Funktionskreis „Leber“.

Vertiefung „Leberschritt“ (12 UE)
 21./22. April 2018

Grundlegende Vertiefung des „Leberschritts“ mit genauen Korrekturen; theoretische Grundlagen dieser Übungen und Erörterung ihrer Wirkweise.

Qigong-Grundkurs „Sechs Laute“ (12 UE)
 04./05. Februar 2017
 09./10. Februar 2019

Kennzeichnend für die „Sechs Laute“ ist das hörbare Ausstoßen von Lauten in Verbindung mit einfachen körperlichen Bewegungen.

Vertiefung „Sechs Laute“ (12 UE)
 13./14. Mai 2017
 06./07. April 2019

Grundlegende Vertiefung der „Sechs Laute“ mit genauen Korrekturen; theoretische Grundlagen dieser Übungen und Erörterung ihrer Wirkweisen.

Qigong-Praxisseminar (12 UE)
 15./16. Juli 2017
 14./15. Juli 2018
 13./14. Juli 2019

Schwerpunkt: Unterrichten von Qigong, Didaktik; Vorstellung von Erfahrungsberichten und klinischen Studien zum Qigong, **Prüfung.**

THEORETISCHE KURSE

Grundlagen und Diagnostik der Chinesischen Medizin
 20. - 22. Januar 2017 (20 UE)
 26. - 28. Januar 2018 (20 UE)
 18. - 20. Januar 2019 (20 UE)

Einführung in die Grundlagen der chinesischen Medizin (Qi, Yin/Yang, Fünf Wandlungsphasen); Erstellung einer chinesischen Diagnose (Puls- und Zungendiagnostik).

Funktionskreise I (12 UE)
 18./19. März 2017
 17./18. März 2018
 16./17. März 2019

Einführung in die Physiologie, Pathologie und Therapie der „Lungen“- und „Mitten“-Funktionskreise mit klinischen Beispielen und Fallbesprechungen.

Funktionskreise II (12 UE)
 20./21. Mai 2017 (12 UE)
 05./06. Mai 2018 (12 UE)
 11./12. Mai 2019 (12 UE)

Einführung in die „Leber“- und „Herz“-Funktionskreise.

Funktionskreise III (12 UE)
 01./02. Juli 2017
 30. Juni/01. Juli 2018
 29./30. Juni 2019

Einführung in den „Nieren“-Funktionskreis und die wichtigsten Krankheitsagenzien.

Lebensführung in der TCM (12 UE)
 09./10. Juni 2018

Grundlagen der chinesischen Lebensführung; historischer Überblick; Empfehlungen für die verschiedenen Jahreszeiten, Tageszeiten und Lebensalter; Ineinandergreifen der verschiedenen Verfahren wie Qigong, Taiji, Diätetik und Tuina.

Theorie und Technik des Qigong (12 UE)
 24./25. Juni 2017
 25./26. Mai 2019

Dieser vorwiegend theoretische Kurs vermittelt Basiswissen über Qigong; historischer Überblick, theoretische Grundlagen, Wissenswertes zu Techniken und Wirkung.

SONDERKURSE

Qigong und Lebenspflege (yangsheng) zur besseren Versorgung der Augen
 Teil 1: 21./22. Januar 2017 (12 UE)
 Teil 2: 18./19. März 2017 (12 UE)

Akupressur/Selbstmassage
 Teil 1: 03./04. März 2018
 Teil 2: 28./29. April 2018

HIERMIT MELDE ICH MICH FÜR FOLGENDE(N) KURS(E) AN

<input type="checkbox"/> Qigong-Grundkurs 1 (Acht Brokate) (Kranich)	23./24.09.2017 22./23.09.2018
<input type="checkbox"/> Qigong-Grundkurs 2 (Acht Brokate) (Kranich)	21./22.10.2017 20./21.10.2018
<input type="checkbox"/> Vertiefung (Acht Brokate) (Kranich)	25./26.11.2017 24./25.11.2018
<input type="checkbox"/> Qigong-Grundkurs (Leberschritt)	03./04.02.2018
<input type="checkbox"/> Vertiefung (Leberschritt)	21./22.04.2018
<input type="checkbox"/> Qigong-Grundkurs (Sechs Laute)	04./05.02.2017 09./10.02.2019
<input type="checkbox"/> Vertiefung (Sechs Laute)	13./14.05.2017
<input type="checkbox"/>	06./07.04.2019
<input type="checkbox"/> Grundlagen und Diagnostik der CM	20./22.01.2017 26./28.01.2018 18./20.01.2019
<input type="checkbox"/> Funktionskreise I	18./19.03.2017 17./18.03.2018 16./17.03.2019
<input type="checkbox"/> Funktionskreise II	20./21.05.2017 05./06.05.2018 11./12.05.2019
<input type="checkbox"/> Funktionskreise III	01./02.07.2017 30.06./01.07.2018 29./30.06.2019
<input type="checkbox"/> Lebensführung in der TCM	09./10.06.2018
<input type="checkbox"/> Theorie und Technik des Qigong	24./25.06.2017 25./26.05.2019
<input type="checkbox"/> Qigong-Praxisseminar, Prüfung	15./16.07.2017 14./15.07.2018 13./14.07.2019

Gebühren pro Kurs (außer „Grundlagen und Diagnostik“)

SMS-Mitglieder: 155 € (oder pauschal 1.395 € für 10 Kurse)
 Nichtmitglieder: 205 €
 Prüfungsgebühr: 50 €

SMS-Mitgliedsbeitrag: 180 € pro Jahr. Mitglieder erhalten unberechnet viermal jährlich die Zeitschrift „Chinesische Medizin“ (Jahresabonnement regulär 102 €).

Hinweis: Einige Qigong-Grundkurse werden im Rahmen des Präventionsprogrammes der meisten gesetzlichen Krankenkassen anerkannt und teilweise mehrfach im Jahr bezuschusst.

Kurszeiten und -ort

Sa. 10-13 Uhr sowie 14.30-17.30 Uhr, So. 10-13.30 Uhr.
 Grundlagen- und Diagnostikkurs abweichend (3 Tage).
 Alle Kurse finden in München statt.