

## Wissenswertes

Qi Gong ist ein Teil der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)

In China wird Qi Gong seit dreitausend Jahren zur Gesunderhaltung und zur Selbstheilung praktiziert

Qi bedeutet Atem, Energie und Lebensenergie

Gong heißt soviel wie Arbeit, Übung und Pflege

Qi Gong sind also gymnastische Übungen mit meditativen Inhalten zur Aktivierung der Lebensenergie

Ideal ist es, Qi Gong in den Alltag zu integrieren. Aber auch schon einmal pro Woche Qi Gong ist wunderbar

Qi Gong kann Heilungsprozesse positiv begleiten, weil die körperliche, geistige und seelische Beweglichkeit gefördert wird

Qi Gong gewinnt zunehmend Anerkennung durch die westliche Schulmedizin als sinnvoll ergänzende Maßnahme

## Ihre Vorteile:

Sie entdecken durch Qi Gong ihren Körper und bekommen Freude an der Bewegung, die keinen Normen oder Schönheitsidealen entsprechen muss

Sie aktivieren Ihre körpereigenen Heilkräfte und senken eine erhöhte Infektanfälligkeit

Sie fühlen sich wohler und gesünder und sind in der Lage, sich selbst helfen zu können

Sie können Stress, psychische Anspannung und Angstzustände abbauen und somit Ihre allgemeine körperliche und geistige Leistungsbereitschaft steigern

Sie können mit Qi Gong schulmedizinische Therapieformen sinnvoll ergänzen

## Ihre Kurstermine:

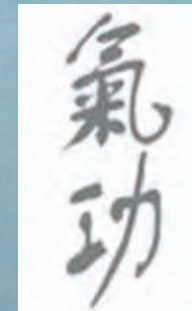
Alle Kurse finden ab einer verbindlichen Anmeldung von 6 Teilnehmern statt. Maximal können 10 Personen teilnehmen.

Der Qi Gong Basiskurs 02/2008 findet  
Montags von 18:00 bis 18.45 Uhr statt, jedoch nicht am 27. Oktober 2008.

Der Qi Gong Aufbaukurs 03/2008 findet  
Montags von 19:00 bis 19.45 Uhr statt, jedoch nicht am 20. und 27. Oktober, 17. November und 15. Dezember 2008.

**Entscheiden Sie sich jetzt !  
Melden Sie sich noch heute für  
den nächsten Kurs  
Qi Gong an.**

.....  
**PHYSIOTHERAPIE**  
**Ottokar Lehmann**  
Schöberstraße 1, 01279 Dresden  
Telefon: 0351 250 95 20  
Fax: 0351 250 95 22  
e-mail: kontakt@physiole.de  
www.physiole.de



**Rückantwort persönlich, per Post oder Fax:  
0351/250 95 22**

JA, hiermit melde ich mich verbindlich für nachstehenden Kurs an

Qi Gong, Basiskurs r

Qi Gong, Aufbaukurs

Name/Vorname

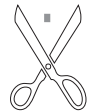
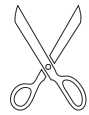
Straße

PLZ / Ort

Telefon

Den Kursbeitrag von 80,- €  
zahle ich bar in der ersten  
Kurstunde

Datum / Unterschrift



Hier finden Sie unsere Praxis



3 Parkplätze direkt vor der Praxis

**Behindertengerechte Praxis  
für Rollstuhlfahrer geeignet**

**Bequem und persönlich:**

Nutzen Sie unsere **Geschenkgutscheine!**  
Wir beraten Sie gern

**Öffnungszeiten:**

Mo-Do 7.00-12.00 Uhr  
14.00-19.00 Uhr  
Fr 7.00-17.00 Uhr  
und nach Vereinbarung

**Schoberstraße 1, 01279 Dresden**

Telefon: 0351 250 95 20

Fax: 0351 250 95 22

e-mail: kontakt@physiole.de

www.physiole.de

**PHYSIOTHERAPIE**

**Praxis für Physiotherapie  
und  
Traditionelle  
Chinesische Medizin**



tiktak sumi-e www.photocase.de



**Kursleiter  
Ottokar Lehmann**