

Nütze deine eigene Weisheit durch  
holistisches Lebenstraining und  
Erlernen der universellen Qi  
Prinzipien

Entdecke die Kraft von Zhineng Qigong und öffne  
die Tür zu einer transformativen Reise mit dem  
Verein HUN YUAN QI ÖSTERREICH. Tauche ein in  
ein Reich von Vitalität, Selbstfindung und  
ganzheitlicher Selbstheilung.

Zhineng Qigong ist in China wissenschaftlich  
anerkannt und wird für seinen ganzheitlichen Ansatz  
für Wohlbefinden geschätzt, der körperliche  
Gesundheit, emotionales Gleichgewicht, geistige  
Klarheit und spirituelles Wachstum unterstützt und  
fördert - genau richtig für Menschen, die eine  
ganzheitliche Praxis suchen, die Geist, Körper und  
Seele integriert.

“SELBSTGESUNDHEITSMANAGEMENT MIT QI“

Das Projekt richtet sich in erster Linie an Menschen,  
die ihre Gesundheit und ihr allgemeines  
Wohlbefinden auf allen Ebenen durch einen neuen  
Fokus eigeninitiativ stark verbessern möchten. Ob  
Zhineng Qigong Neuling oder bereits  
Praktizierender - die Inhalte dieses Projekts holen  
dich dort ab, wo du gerade stehst, mit direkten  
Hilfestellungen für Körper und Geist, durch leicht  
durchführbare, kraftvolle Praxisübungen und  
Meditationen.

Du fühlst dich angesprochen?  
Dann starte mit

GANZHEITLICHER GESUNDHEIT TEIL 1

Qi Trainer  
für Gesundheit, Wirtschaft  
und Soziales

In China ausgebildeter Zhineng Qigong Lehrer,  
international zertifizierter Hun Yuan Qi Therapeut,  
Qi Core Improvement Trainer, Ausbildungsleiter der  
3-jährigen Zhineng Qigong Trainer Ausbildung in  
Österreich und Begründer von QiDetox.

Er arbeitet außerdem als Naturheiltherapeut,  
spezialisiert auf Dunkelfeldmikroskopie, TCM,  
Kinesiologie und holistische Regulation.

Bernhard  
Jakobitsch



Hun Yuan Qi  
Österreich

[www.hunyuanqi.at](http://www.hunyuanqi.at)

HUN YUAN QI ÖSTERREICH

Intention

des gemeinnützigen Vereins

Der Zweck des Vereins ist die Förderung der Gesundheit  
in allen Bereichen des Lebens und von wissenschaftlicher  
Forschung und Lehre - dies unter besonderer  
Berücksichtigung der HUN YUAN QI Theorie und Praxis.

Die Intention und unsere Vision ist der Aufbau eines Qi  
Zentrums in Österreich nach dem Vorbild des Huaxia  
Zentrums als Schwerpunkt und Basismodell für weitere  
Zweigstellen. Das Huaxia Zentrum war in China als das  
größte medizinlose Krankenhaus bekannt

Termine & Anmeldung  
im Online Eventkalender

[www.hunyuanqi.at/termine.html](http://www.hunyuanqi.at/termine.html)



TERMINE

HUN YUAN QI  
ÖSTERREICH  
Karl-Hartung-Str.8  
8401 Kalsdorf  
ZVR: 1207206369  
0664 28 20 265  
[team@hunyuanqi.at](mailto:team@hunyuanqi.at)



Hun Yuan Qi  
Österreich



Hun Yuan Qi  
Österreich

SELBST  
GESUNDHEITS  
MANAGEMENT  
MIT QI



5-teiliges Projekt  
mit Qi Trainer  
Bernhard Jakobitsch



## GANZHEITLICHE GESUNDHEIT TEIL 1

Basis- und Start Workshop



## GANZHEITLICHE GESUNDHEIT TEIL 3

Voraussetzung: absolvierter Workshop Teil 1 und Teil 2



## LEVEL 1 Modul 1 & 2

Voraussetzung: absolvierter Workshop Teil 1  
Level 1 ist eine der Voraussetzungen für die Trainerausbildung

Was du dir erwarten kannst:

- Aktivierung der Selbst-Heilungskräfte durch Zhineng Qigong und Hun Yuan Qi Therapie Methoden
- Aufbau eines kraftvollen Qi Feldes zur ganzheitlichen Förderung des Wohlbefindens, einem verbessertem Immunsystem und Energielevel
- Tägliche Übungen und Selbst-Heilungsarbeit für daheim

Mehrmalige individuelle Hun Yuan Qi Arbeit in der Gruppe im Laufe des Workshops

*Regelmäßige Praxis fördert den Abbau von Spannungen und Stress, fördert Entspannung und Balance und unterstützt die Vitalität*

*Intention: Tools erhalten für vertiefende Selbstheilungsfertigkeiten, besonders für Regeneration und Schlaf*

Was du dir erwarten kannst:

- Lerne deine Wahrnehmung und dein Bewusstsein für den gegenwärtigen Moment zu kultivieren und die „wahre innere Intelligenz“ weiterzuentwickeln
- Möglichkeiten zur Verbesserung der Regeneration während des Schlafs
- Erlernen von wesentlich vertiefenden Selbstheilungsmethoden (Fa Qi) für das eigene Wohlbefinden und Regeneration für die Praxis daheim
- Praktische ERFAHRUNG: Entspannung auf allen Ebenen

Mehrmalige individuelle Hun Yuan Qi Arbeit in der Gruppe im Laufe des Workshops

*Intention: Den Qi-Flusses im Körper unterstützen*

Level 1 ist eine Bewegungsform, bei der man lernt, Körper und Geist zu unterstützen. Die sanften, langsamen Bewegungen und Visualisierungen bewirken einen meditativen Zustand, um Blockaden im Körper zu lösen und Körper und Geist in die bestmögliche Balance zu bringen.

### MODUL 1

- Zhineng Qigong integrieren als wertvolle Ergänzung im Leben
- Wohlbefinden bessern, Blockaden lösen, in Balance kommen
- Erlernen von Level 1 - die Essenz von Zhineng Qigong – als eine ganz besondere Bewegungsabfolge für die tägliche Praxis
- Holistisches Lebenstraining erfahren und praktizieren

### MODUL 2

- Die eigene Intention manifestieren lernen
- Level 1 als Übungseinheit oder Meditation als tägliche Hilfe anwenden können
- Direkte Anwendung der Hun Yuan Qi Theorie und Praxis
- Holistisches Lebenstraining in Vertiefung praktizieren



## GANZHEITLICHE GESUNDHEIT TEIL 2

Voraussetzung: absolvierter Workshop Teil 1



## GANZHEITLICHE GESUNDHEIT TEIL 4

Voraussetzung: absolvierter Workshop Teil 1 bis Teil 3

*Intention: Erreichen des nächsthöheren Niveaus für mehr Selbstverantwortung und Verständnis für deine Gesundheit*

Was du dir erwarten kannst:

- Erlerne wesentliche „Geheimnisse“ für deinen einfacheren Lebensalltag unter Ausnutzung deiner „wahren Intelligenz“
- Erfahre, wie deine Gedanken und Intentionen dein tägliches Leben und deine Gesundheit direkt beeinflussen
- Erlebe bessere Konzentration und geistige Klarheit, einen ruhigeren Geisteszustand und balancierten Energielevel auf allen Ebenen als praktische Erfahrung
- Werde unabhängig von den eigenen Emotionen, im Sinne alter, nicht mehr erforderlicher Prägungen

Mehrmalige individuelle Hun Yuan Qi Arbeit in der Gruppe im Laufe des Workshops

*Intention: Abrunden des bisher Gelernten und in eine Form bringen für Sicherheit in der Anwendung und die bestmögliche Eigenunterstützung*

Was du dir erwarten kannst:

- Gute Flexibilität und Qi Fluss im Kopfbereich für bessere Konzentration und Gedächtnis
- Anleitung, um das volle Potenzial auszuschöpfen auf der Reise zu Selbstfindung und persönlichem Wachstum
- Erarbeitung eines persönlichen Gesundheitsplans für körperliche Stärkung, emotionales Gleichgewicht, Stabilität, Konzentration und Kreativität des Geistes
- Intensive Praxis aller gelernten Themen und Ausnutzung aller Ressourcen und Tipps für lebenslanges Praktizieren

Mehrmalige individuelle Hun Yuan Qi Arbeit in der Gruppe im Laufe des Workshops

### Info Box

GANZHEITLICHE GESUNDHEIT  
 Teil 1 bis 4 jeweils 2 Tage  
 LEVEL 1  
 Block mit 2 x 2 Tagen  
 (meist Samstag & Sonntag)  
 Termine findest du unter  
[www.hunyuanqi.at/termine.html](http://www.hunyuanqi.at/termine.html)  
 Preise findest du bei den Anmelde links



TERMINNE



Vereinsfördermitglieder haben einen Preisvorteil  
 Den Antrag findest du unter  
<https://www.hunyuanqi.at/verein.html>