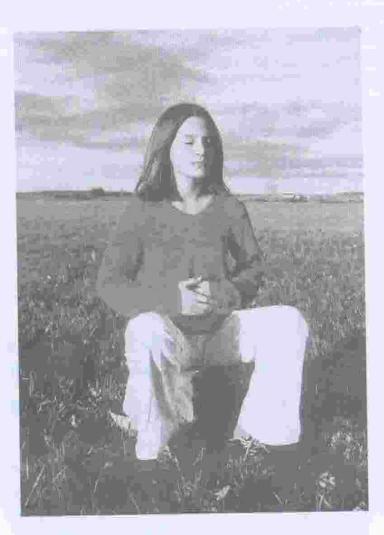
## Qigong mit Kindern

"Bewegung und Entspannung müssen zu selbstverständlichen Bestandteilen des ganzen Schultags werden… Es wird ein wichtiger Beitrag zur Persönlichkeitsentwicklung der Schüler geleistet, wenn sie erfahren, wie Streß bewältigt und Aggressionen abgebaut werden können".

aus den Grußworten der bayrische Staatsministerin für Unterricht und Kultus Monika Hohlmeier für das Symposium "Kinder bewegen die Welt", Qigong mit Kindern 23.-25. März 2001

Qigong mit Kindern ist eine neue Disziplin, die in den letzten Jahren stark an Bedeutung gewonnen hat, v.a. deshalb "weil gerade Kinder und Jugendliche von den Risiken und Belastungen der modernen Lebensführung besonders betroffen sind, denn immer häufiger leiden schon junge Schüler unter psychosomatischen Störungen, unter Koordinations- und Haltungsschwäche, sowie insgesamt einer geringen Belastbarkeit, die sich etwa in mangelnder Konzentrationsfähigkeit ausdrückt" (Monika Hohlmeier).



Kinder, die ein starkes und bewegliches Rückgrat haben, gut verwurzelt
und im Lot sind und ein Gefühl für
ihre Mitte haben, sind gegen schädigende Einflüsse der Umwelt wesentlich besser geschützt als andere, Qigong-praktizierende Kinder haben eine
starke Ausstrahlung und ein gesundes
Selbstbewusstsein. Qigong gehört zu
den effektivsten und gleichzeitig billigsten Weisen der Gesundheitspflege
und Suchtprophylaxe.

Qigong mit Kindern verbindet östliche Gesundheitslehre mit westlicher Methotik.

Alle Übungen werden den Kindern altersgerecht und spielerisch vermittelt

Die Workshops sind für Kinder aller Altersstufen gedacht Sie werden von speziell dafür ausgebildeten Dozenten geleitet.

Zeiten: siehe Zeitplan - Kaminzimmer