



15,95€

ISBN 978-3-906837-19-2

Erscheinungstermin: 16.04.2021

Autor: Dr. phil. Hartwig Lahrmann

Sprecher: Thomas Küchler

Spielzeit ca. 150 Minuten + Bonus-MP3s



9 783906 837192 >

Weitere Infos: www.minddrops.de | info@minddrops.de

STILLES QI GONG

DIE LEBENSENERGIE ZUM FLIEßEN BRINGEN

Anleitungen für innere Ruhe, Regeneration und Vitalität

Die Übungen dieser Produktion vermitteln unterschiedliche Übungsprinzipien des stillen Qi Gong. Während in anderen Übungsformen des Qi Gong körperliche Bewegung im Mittelpunkt steht, wird das stille Qi Gong im Zustand tiefster Ruhe und Entspannung praktiziert. Die Übungen fördern den Fluss der inneren Lebensenergie, schaffen Raum für tiefe Entspannung und sorgen so für körperliche und geistige Regeneration und Vitalität. In Europa wurde die traditionelle Entspannungs- und Gesundheitstechnik des stillen Qi Gong vor allem durch den chinesischen Großmeister Li Zhi Chang bekannt gemacht.

ÜBER DEN AUTOR: Dr. phil. Hartwig Lahrmann ist Dozent, Autor und Heilpraktiker mit den Schwerpunkten traditionelle chinesische Medizin, kraniosakrale Osteopathie und energetische Schmerzlösung. Er unterrichtet seit mehr als 25 Jahren verschiedene Qi Gong-Stile und Entspannungsmethoden. Mehr Infos auf TaiMed.de

BONUSDOWNLOADS: Mit dem Kauf dieser CD erhalten Sie kostenfrei Zugang zu umfangreichen MP3-Bonusdownloads. Dort erwarten Sie noch viele weitere praktische Übungen des stillen Qi Gong.

ÜBER DEN SPRECHER: Thomas Küchlers tiefe, sanfte und rundherum angenehme Stimme begleitet Sie durch diese Produktion. Er arbeitet seit vielen Jahren als Sprecher u.a. auch für viele renommierte Fernsehsender und Hörbuchproduktionen.