

Programm:

Freitag, 28. Mai 2010

13.30 Uhr Registrierung und Anmeldung

14.30 Uhr Eröffnung

15.15 – 16.45 Workshop Qigong

17.00 – 17.45 Vortrag: „Kraft aus der Stille und Freude an der Bewegung“ mit Renate Missethon

19.15 – 20.00 Abendübung Qigong

Samstag, 29. Mai 2010

7.00 – 7.50 Morgenübung Qigong

9.00 – 10.30 Workshop Qigong

10.45 – 11.30 Vortrag „GANZ heitlich SEIN“ – was bedeutet das im Kontext unserer Gesellschaft?“ mit Mag. Anja Bader

11.30 – 12.00 Diskussionsforum

14.00 – 15.45 Workshop Qigong

16.15 – 18.00 Workshop Qigong

19.30 – 20.30 Vortrag „Warum die Lunge für einen kühlen Kopf und warme Füße sorgt, und andere Wunderlichkeiten“ mit Dr. med. David Koppensteiner

20.30 – 21.00 Podiumsdiskussion mit allen ReferentInnen

Sonntag, 30. Mai 2010

7.00 – 7.50 Morgenübung Qigong

9.00 – 10.00 Vortrag: „Genährt sein – belastbar sein“ mit Johanna Moser

10.15 – 11.45 Workshop Qigong

12.00 – 12.30 Abschluss:
Rückblick und Vorschau 2011

BÜCHER- und CD-SHOP:

Öffnungszeiten: Fr. 13.30 – 14.30

Sa. 12.00 – 14.00 und 18.00 – 19.30

Information und Anmeldung:

Mag. Anja Bader

T: +43 (0)699 10470107

E-Mail: kontakt@anjabader.at

www.anjabader.at



Renate Missethon

T: +43 (0)676 9572850

E-Mail: info@dantianzentrum.com

www.dantianzentrum.com

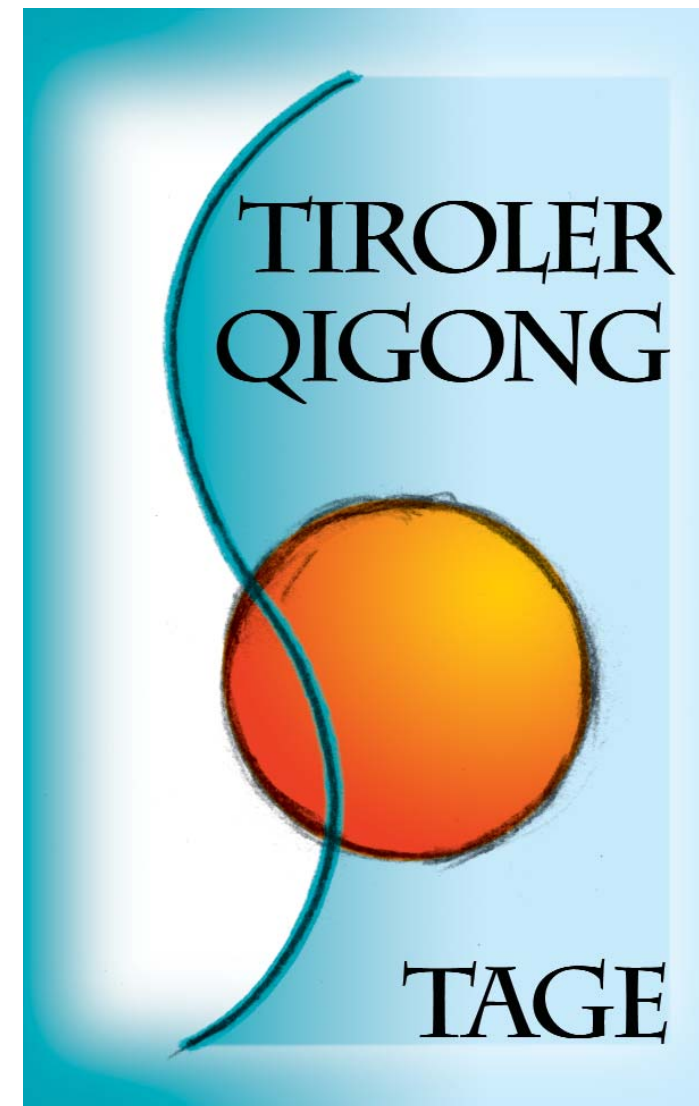
*Wenn das Herz ruhig ist,
sind Yin und Yang in Harmonie
und der Mensch eins
mit den Kräften des großen Dao.*

(daoistische Weisheit)

Mit freundlicher Unterstützung von:



Typographie: Waltraud Fröhlich. Druck: Alpinadruck



28.–30. MAI 2010

DIE RUHE IN DER EINHEIT

INNSBRUCK

1. Tiroler Qigong - Tage

Ein integrativer Ansatz für Medizin, Psychologie und Lebensphilosophie

Die Fachtagung zeigt die sinnvoll ergänzende Praxis und Theorie von professionellen östlichen und westlichen Methoden der Lebenspflege.

Fachliche Vorträge zu Medizin, Psychologie und Spiritualität, zahlreiche Workshops zu Qigong, Atmung und Meditation sowie interdisziplinäre Diskussionsforen erwarten Fachpublikum und Interessierte.

Die Bewusstwerdung der Natur von Körper, Geist und Seele und die vermehrte Übernahme von Selbstverantwortung gegenüber der eigenen Gesundheit sowie der Umwelt entsprechen dem fernöstlichen energetischen Denken.

Das Zusammenwirken von östlicher und westlicher Medizin stellt altersunabhängig einen optimalen und erschwinglichen Ansatz für erhöhte Lebensqualität dar.

Sozialgesellschaftlichen Erscheinungen wie Lebenssinnskrisen, Burn-Out und Stresserkrankungen werden nachhaltig und wirksam vorgebeugt, dynamische Prozesse des Wachstums werden sinnvoll reguliert und gefördert.

Die Tagung findet jährlich in Tirol unter der Leitung von Mag. Anja Bader und Renate Missethon, beide seit vielen Jahren bekannt für ihre Lehr- und Seminarartätigkeit, statt.

Schwerpunkthemen unserer Gesellschaft und Gesundheit, unterschiedliche GastreferentInnen und interdisziplinäre Diskurse zeichnen das Programm aus.

Die Tiroler Qigong-Tage sprechen Fachpublikum des medizinischen und therapeutischen Gesundheitswesens, Qigong- und Taiji-PraktikerInnen und alle Interessierte an.

Wann: 28. – 30. Mai 2010

Wo: Haus der Begegnung, Rennweg 12, A-6020 Innsbruck, Österreich

Kosten: 230,- Euro incl. aller Vorträge, Workshops und Tagungsunterlagen
195,- Euro Frühbucher bis 26. 3. 2010

Anmeldeschluss: 30. April 2010

Zum Geleit

„In der Ruhe liegt die Kraft“ – dieses Sprichwort beschreibt treffend das Gefühl, das Qigong bei den Menschen auslöst. Was gibt es Besseres, als einen Tag mit dieser fernöstlichen Entspannungstechnik zu beginnen oder sich zwischendurch aus dem Alltag auszuklinken? Ich empfehle diese Methode, um Selbst-Bewusstsein zu tanken und sich einmal ganz auf sich selbst zu besinnen. Qigong erhöht die Lebensqualität und beugt Stresserkrankungen vor – und das ist gerade in unserer rastlosen Zeit von höchster Bedeutung.

Ehrenschutz: Hilde Zach, Bürgermeisterin der Stadt Innsbruck; Innsbruck im Jänner 2010



Veranstalterinnen und Referentinnen:

Mag. Anja Bader:

Klinische Psychologin, Gesundheitspsychologin, Qigong-, Atem und Meditationslehrerin, Osteopathin, Shiatsu-Praktikerin, Tanztherapeutin und -pädagogin. Psychologische Fachpraxis für Psychosomatik in Innsbruck, Supervision; Communication & Coaching für Firmen und Einzelpersonen. Internationale Seminarartätigkeit im Aus- und Weiterbildungsbereich seit 1991



Renate Missethon:

Dipl. Qigong- und Taijiquan- Lehrerin, Ausbilderin, Gründerin und Leiterin des DANTIAN – Qigong und Taiji Zentrums, IQTÖ Gründungsmitglied und Bundeslandvertretung für Tirol (Interessenvertretung der Qigong-, Taiji Quan-LehrerInnen Österreichs). Internationale Seminar- und Vortragstätigkeit in der Fortbildung, Erwachsenenschulung u.a. seit 1987. Jonglieren, Performance-Auftritte



GastreferentInnen:

Dr. med. David Koppensteiner:

Arzt f. Allgemeinmedizin, Klassische Akupunktur und chinesische Medizin, Hall i. Tirol



Johanna Moser:

Diätologin, Ernährungsberaterin nach der TCM, langjährige Erfahrung in Einzelberatung, Seminar- und Vortragstätigkeit, Kochkursen, Freie Praxis in Innsbruck

