

KURSARTEN

Grundkurse

zum neu Erlernen & Wiederholen
in beliebiger Reihenfolge

Wiederholungskurse

zum Wiederholen & Vertiefen

Fortgeschrittenenkurse

zum Vertiefen & Erweitern

KURSGEBÜHREN

Wöchentliche Kurse

144,00 € | 8 Termine à 90 Minuten

96,00 € | 8 Termine à 60 Minuten

120,00 € | 10 Termine à 60 Minuten

72,00 € | 8 Termine à 45 Minuten

3,00 € | Raumgebühr pro Termin | Kurse 25-03
25-12

Wochenendkurse

50,00 € | Kurse 25-A | 25-B | 25-C | 25-D

Kostenlose Schnupperstunde

Samstag 25.01.2025 | 17:00 - 19:00 Uhr mit Gabriele

Samstag 05.04.2025 | 14:00 - 15.00 Uhr mit Nancy

UNSERE KURSLEITER:INNEN

Dr. phil. Nancy Shui-Yen Cheng

Mobil: 0176 / 76473086
n.cheng@mail.de

Franz Otto

Hedwig-Dransfeld-Straße 16 | 53125 Bonn
Tel.: 0228 / 92588159
otto.franz@posteo.de

Sabine Piegeler

Mobil: 01573 / 7579669
info@qigongseason.de
www.qigongseason.de

Dr. med. Ingrid Reuther

Ringener Str. 30 | 53501 Grafschaft
Tel.: 02641 / 913663 | Mobil: 0160 / 4447852
ingridreuther@aol.com
www.akupunktur-und-qigong.de

Ulrike Runge

Am Ennertbad 10 | 53229 Bonn
Tel.: 0175 / 1060688
ulrike_runge@gmx.de

Gabriele Schugt-Waters

Parkstr. 30 | 50321 Brühl
Tel.: 02232 / 9506077 | Mobil: 0162 / 3498827
schugt.waters@t-online.de

Elisabeth Sperling

Dipl. Sozialpädagogin / Tanztherapeutin
Tel.: 0228 / 18036743 | Mobil: 0170 / 1827998
elisasperling@web.de

Priv. Doz. Dr. med. Werner Waters

Parkstr. 30 | 50321 Brühl
Tel.: 02232 / 9506077 | Mobil: 01609 / 7382111
qigong.waters@t-online.de
www.qigong-waters.de

Dr. med. Christa Zumfelde-Hüneburg

Goethestr. 46, 53113 Bonn
Tel.: 0228 / 210919 | Mobil: 0172 / 8976888
christa.zumfelde@web.de | www.tcm-praxis-bonn.de

QIGONG YANGSHENG

IN DER COLMANTSTRASSE



KURSE

JANUAR BIS APRIL 2025

WÖCHENTLICHE ÜBUNGSSTUNDEN
&
WOCHENENDKURSE
IN KLEINEN GRUPPEN

Colmantstr. 9 | 53115 Bonn
www.qigong-yangsheng-bonn.de

MONTAGS

Kurs 25-01

Das Spiel der 5 Tiere: Bär und Kranich
Grundkurs & Wiederholung | 8 Termine
18.00 - 19.30 Uhr | Beginn: 13.01.
mit Franz

Kurs 25-02

Augewählte Übungen aus dem Spiel der 5 Tiere
Grundkurs & Wiederholung | 8 Termine
20.00 – 21.00 Uhr | Beginn: 20.01.
mit Nancy

DIENSTAGS

Kurs 25-03

Qigong und Meditation
Fortlaufend für Anfänger & Geübte
10.45 – 12.15 Uhr
Einstieg jederzeit möglich
mit Franz

Kurs 25-04

Ausgewählte Übungen der
15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong
Grundkurs & Wiederholung | 8 Termine
18.00 – 19.30 Uhr | Beginn: 21.01.
mit Nancy

MITTWOCHS

Kurs 25-05

Übungen aus dem Lehrsystem Qigong Yangsheng
und Wuxing Yangsheng Gong
Grundkurs & Wiederholung | 8 Termine
10.45 – 12.15 Uhr | Beginn: 22.01.
mit Christa

Kurs 25-06

Ausgewählte Übungen der 15 Ausdrucksformen
Grundkurs & Wiederholung | 8 Termine
18.00 – 19.30 Uhr | Beginn: 15.01.
Ort: Online mit Elisabeth

Kurs 25-07

Ausgewählte Übungen der 15 Ausdrucksformen
Grundkurs & Wiederholung | 10 Termine
18.00 – 19.00 Uhr | Beginn: 15.01.
mit Sabine

MITTWOCHS

Kurs 25-08

Ausgewählte Übungen der 15 Ausdrucksformen
Grundkurs & Wiederholung | 8 Termine
19.40 – 20.40 Uhr | Beginn: 15.01.
mit Elisabeth

DONNERSTAGS

Kurs 25-09

Qigong - Spiel der 5 Tiere
Grundkurs & Wiederholung | 8 Termine
11.00 – 12.30 Uhr | Beginn: 23.01.
mit Werner

Kurs 25-10

Qigong - Einführung
Grundkurs | 8 Termine
11.00 – 14.30 Uhr | Beginn: 23.01.
mit Werner und Gebriele

Kurs 25-11

Qigong Emei Methode
Grundkurs & Wiederholung | 8 Termine
15.30 - 17.00 Uhr | Beginn: 23.01.
mit Werner

Kurs 25-12

Zen-Meditation
Fortlaufend für Geübte
19.30 - 21.00 Uhr
Einstieg jederzeit möglich
mit Franz

FREITAGS

Kurs 25-13

Ausgewählte Übungen der
15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong
Grundkurs & Wiederholung | 8 Termine
19.00 – 20.00 Uhr | Beginn: 24.01.
mit Nancy

EINZELSTUNDE

KLEINGRUPPE

Auf Anfrage bieten Christa Zumfelde
und Ingrid Reuther
Einzelstunden & Unterricht in
Kleingruppen an.
Termine bitte individuell
mit Christa bzw. Ingrid vereinbaren.

WOCHENEND-KURSE

JANUAR

Kurs 25-A

Neiyanggong
Grundkurs & Wiederholung
Formen 1-3 der 1. Sequenz
Samstag 11. Januar | 15.00 – 18.00 Uhr
mit Ulrike

Kurs 25-B

Neiyanggong
Grundkurs & Wiederholung
Formen 4-6 der 1. Sequenz
Samstag 25. Januar | 15.00 – 18.00 Uhr
mit Ulrike

FEBRUAR

Kurs 25-C

Neiyanggong
Grundkurs & Wiederholung
Formen 7-9 der 1. Sequenz
Samstag 08. Februar | 15.00 – 18.00 Uhr
mit Ulrike

Kurs 25-D

Neiyanggong
Grundkurs & Wiederholung
Formen 10-12 der 1. Sequenz
Samstag 15. Februar | 15.00 – 18.00 Uhr
mit Ulrike

AUSKUNFT UND ANMELDUNG ZU UNSEREN KURSEN

Gerne informieren wir Sie auch persönlich.
Treten Sie dazu mit uns einfach in Kontakt.
Über frühzeitig verbindliche Anmeldungen
freuen wir uns.