



# NYHETS BREV

NOVEMBER  
2016



## MISSA INTE CHANSEN - MEDAN PLATSER FINNS KVAR TILL SOMMARKURSERNA I NOSSEBRO

I somras blev vår sommarkurs steg ett fullbokad, med ca 200 deltagare som var med i vårt starka qifält i nio dagar med Zhineng qigong träning. På steg två kursen deltog närmare 150 personer. Många av de som går sommarkurs har upplevt att varje senaste sommarkurs har varit den bästa någonsin. Vårt qifält växer sig starkare och starkare år för år, samma utveckling har skett med våra deltagares resultat. Den här utvecklingen har uppnåtts av Su Dongyue tillsammans med alla lärare och deltagare. I vårt qifält upplever många deltagare vänlighet, glädje och harmoni.

Även nästa sommar kommer vi att vara i Nossebro. Redan nu är det möjligt att anmäla sig till kurserna. Vi rekommenderar alla att anmäla sig till båda kurserna, totalt 18 dagar, för att uppnå de bästa resultaten.

### Kommande kurser

Efter den första dagen av vår Sommarkursträning i Stockholm, 4 januari kl 16.15 – 17.30, kommer Su Dongyue att lära ut en nyligen utvecklad metod, EasyCare för ögonen. Kursen är öppen för den som gått kurs med oss tidigare och priset är SEK 500:- för dig som deltagit i sommarkurs och 700:- för övriga. Metoden är den andra i

EasyCare familjen, den första är Qi-kam metoden. Det primära syftet med den här metoden är att få friska och vackra ögon.

Sommarkursträningen pågår 4-8 januari och är för dig som gått sommarkurs med oss. Sista dagen ägnas åt Xing Shen Zhuang och då kan du komma som lärt dig den metoden av oss. Vinterkursen arrangeras som vanligt vecka 8, på Karlskoga Folkhögskola. Vinterkursen är efter Sommarkurserna vår mest populära kurs och du kan delta i 6, 7, 8 eller 9 dagar. I samband med Vinterkursen hålls också en Qi-kam kurs samt en Xiao Gongfa kurs.

Tuina och Wei Tuo Jin kurser ges i vår i Bergen 23-26 mars samt i Stockholm 25-28 maj. I spanska Almunecar arrangerar vi en Lyft upp qi kurs över tre dagar, 27-29 januari. Träningskursen där 22-29 april är nästan full, men det kan finnas några platser till om du vill åka med.

Den mest aktuella kurslistan hittar du alltid på vår [hemsida](#). Via den kan du också anmäla dig till alla våra kurser. Tills sist, GOD JUL o GOTT NYTT ÅR!





# NYHETS BREV NOVEMBER 2016

Månad	Datum	Sverige	Norge	Finland	Andra länder
Jan	4	Easy Care ögon			
	4-8	Sommarkursträning Sthlm			
	14-15		Ålesund		
	21-22	Göteborg		Åbo SXQ	
	27-29				Almuñécar
	28-29		Bergen		
Feb	4-5	Stockholm Kalmar	Bodö	Åbo	
	18-19	Karlskoga SXQ Bollnäs			
	18	Karlskoga XG			
	19-26	Karlskoga Vinterkurs			
Mars	4-5		Trondheim		
	11		Oslo XG		
	11-12		Oslo		
	17	Göteborg XG			
	18-19	Stockholm LUQ2 Göteborg SXQ		Mariehamn Helsingfors	
	23-26		Bergen Tunia/WTJ		
	25-26	Västerås Lund	Bergen WTJ	Ekenäs	
April	1-2	Stockholm Göteborg			Norwich
	8-9			Vasa	
	29-30	Nybro LUQ2			
Maj	6-7	Ystad Ljungskile	Trondheim	Karis LUQ2	
	13-14	Stockholm SXQ Göteborg LUQ2			
	25-28	Stockholm Tunia/WTJ			
	27-28	Stockholm WTJ			
Juni	26-5/7	Sommarkurs steg ett			
Juli	5-14	Sommarkurs steg två			

Föreläsningar hålls normalt fredag före helgkurs. Se vår hemsida under föreläsningar eller kontakta oss.

Lyft upp qi avses om  
ingen kurstyp anges.

LUQ2= Lyft upp qi 2  
SXQ= Shenxin qigong

XG= Xiao gongfa  
XSZ= Xing shen zhuang

WTJ = Wei tuo jin



# NYHETS BREV NOVEMBER 2016

## Veckoträning (vecka 2-22):

### Gemensamma träningar LUQ

→ Deltagit i minst grundkurs

### Gemensamma träningar LUQ

→ Deltagit i sommarkurs eller genomfört projekt

### Gemensamma träningar SXQ

→ Deltagit i minst grundkurs i shenxin qigong

### Gemensamma träningar XSZ

→ Deltagit i sommarkurs två år 2011 eller senare

### Stockholm

Onsdag, kl. 18.00 – 20.00

Lokal: Birkagården, Karlbergsvägen 86 B

Tisdag, kl. 18.00 – 20.00

Lokal: Södergården, Götgatan 37

Onsdag, kl. 20.00 – 21.00

Lokal: Birkagården, Karlbergsvägen 86 B

Tisdag, kl. 20.00 – 21.00

Lokal: Södergården, Götgatan 37

### Göteborg

Måndag, kl. 18.30 – 20.30

Lokal: Villa Överås, Danska vägen 20, Örgryte

Onsdag, kl. 18.30 – 20.30

Lokal: Villa Överås, Danska vägen 20, Örgryte

Måndag, kl. 20.30 – 21.30

Lokal: Villa Överås, Danska vägen 20, Örgryte

Onsdag, kl. 20.30 – 21.30

Lokal: Villa Överås, Danska vägen 20, Örgryte

Avgifter gemensamma träningar	terminskort (21 ggr)	10-kort	per tillfälle
Drop in-kurser:			
- Nybörjare	-	700 SEK	80 SEK
- Deltagit i grundkurs	-	500 SEK	60 SEK
- Deltagit i sommarkurs	-	350 SEK	40 SEK
Gemensam träning lyft upp qi 2h	2100 kr	1200 SEK	140 SEK
- Sommarkursare lägg till 1300:- och får då terminskort för både träningsstillfällena			
Gemensam träning SXQ, 1h	1050 kr	600 SEK	70 SEK
Gemensam träning XSZ, 1h	1050 kr	600 SEK	70 SEK

## Lyft upp qi, grundkurs

Om du deltar för första gången

- Vuxen 1800 kr

- Barn under 15 år 1100 kr

Om du repeterar:

- Deltagit i grundkurs (2 dagar) 800 kr

- Deltagit i grundkurs (1 dag) 550 kr

- Deltagit i sommarkurs (2 dagar) 500 kr

- Deltagit i sommarkurs (1 dag) 350 kr

## Lyft upp qi 2

Om du deltar för första gången 1800 kr

- ... och deltog i sommarkurs senaste året 900 kr

Om du repeterar:

- Deltagit i grundkurs 800 kr

- Deltagit i sommarkurs (2 dagar) 500 kr

- Deltar 1 dag, priser som grundkurs lyft upp qi

## 9-dagars sommarkurs steg 1, helpension

- Om du deltar i sommarkurs för första gången 8280 kr

- Om du har gått sommarkurs nivå 1 före 2011 7380 kr

- Om du har gått sommarkurs steg 1 2011 eller senare 6380 kr

- Om du har gått sommarkurs nivå 2 förut 6380 kr

## 9-dagars sommarkurs steg 2, helpension

- Om du deltar i sommarkurs steg 2 för första gången 8280 kr

- Om du har gått sommarkurs steg 2 förut (2011 eller senare) 6380 kr

## 4-dagars höstkurs, helpension

- Se kurslistan för respektive land.

## Xiao gongfa Tretimmarskurs

- Deltar för första gången 700 kr

- Om du repeterar Xiao Gongfa 400 kr



# NYHETS BREV NOVEMBER 2016

## Shenxin qigong, grundkurs

Om du deltar för första gången

- Vuxen	1800 kr
- Barn under 15 år	1100 kr

Om du repeterar:

- Deltagit i grundkurs	800 kr
- Deltagit i vinterkurs shenxin qigong	500 kr

## Vinterkurs shenxin qigong

Exklusive kost och logi, 7 dagar endast för dig som deltagit i sommarkurs 2 2011 eller senare

- 6 dagar, deltagit i shenxin qigong grundkurs	4800 SEK
- 6 dagar, repeterar vinterkursen	3800 SEK
- 7 dagar, deltagit i shenxin qigong grundkurs	5500 SEK
- 7 dagar, repeterar vinterkursen	4500 SEK

## Vinterkursträning 3 dagar

för dig som gått vinterkurs

- Deltar hela perioden	1800 kr
- Per dag (i mån av plats) minsta avgift 1300:-	650 kr

## Sommarkursträning 5 dagar

för dig som deltagit i sommarkurs, sista dagen endast för dig som deltagit i sommarkurs steg 2 2011 eller senare

- Deltar hela perioden	2800 SEK
- Per dag (i mån av plats) minsta avgift 1300:-	650 SEK

## 2-dagars träningskurs xing shen zhuang

för dig som deltagit i sommarkurs steg 2 2011 eller senare

- Deltagit i sommarkurs steg 2 (2 dagar)	1400 kr
- Deltagit i sommarkurs steg 2 (1 dag)	800 kr

## Akupunkt tuina & wei tuo jin

Exkl. kost och logi. För tuina är WTJ ett krav.

Om du deltar för första gången

- Akupunkt tuina & wei tuo jin	4150 kr
- Wei tuo jin	2100 kr

Om du repeterar:

- Både tuina och wei tuo jin	2400 kr
- Endast akupunkt tuina	1400 kr
- Endast wei tuo jin	1400 kr

Samtliga priser i SEK, förutom höstkurserna, som är i Euro. OBS! Priser i SEK gäller endast kurser i Sverige. Kurs ska betalas i kursortens valuta. För priser vid kurser utom Sverige se hemsidan.

Bindande anmälan till kurser görs genom inbetalning av kursavgift.

Betalningar inom Sverige görs endast på vårt Bg:  
BG 862-0171

Internationella betalningar görs med hjälp av följande:

IBAN SE02 8000 0832 7992 3432 8616  
BIC: SWEDSESS

## Observera följande:

- Kursavgiften bör vara inbetald senast två veckor före kurs!
- Anmälan till sommarkurserna, höst- och vinterkursen, tuina & wei tuo jin: Inbetalning av 1000 kr, eller hela kursavgiften.
- För sommarkurserna ange kostalternativ vid inbetalning av kursavgiften (vanlig, vegetarisk eller vegetarisk + fisk).
- För att barn under 15 år skall kunna gå kurs krävs att förälder eller annan ansvarstagare deltar i kurs.
- Personer med epilepsi och svårare mentala sjukdomar kan tyvärr inte delta i våra kurser. Vi förbehåller oss rätten att avvisa personer som inte bör delta på kurs.



Mer information: [www.zhinengqigong.eu](http://www.zhinengqigong.eu)

E-post: [info@zhinengqigong.eu](mailto:info@zhinengqigong.eu) eller

ring: 08-590 933 13 (Lars) / 0704 738 287 (Elisabeth)