



NYHETS BREV

NOVEMBER
2019



SOMMARKURSEN – 25-ÅRS JUBILEUM MED HARMONI SOM TEMA

Harmoni var ledordet för årets sommarkurs. Ett viktigt mål med vår träning är att uppnå ett bättre liv, ett liv i större harmoni. För det krävs en friskare och förbättrad fysik, ett lugnare och klarare sinne samt mer qi. Något som allt vi gör på vår sommarkurs strävar till, undervisningen, träningen men också upplägget i övrigt. Atmosfären är annorlunda än vad de flesta av oss är vana vid. Kärleken, värmen, glädjen som finns i vårt qifält betyder mycket för alla. Även känslan av tillhörighet är viktig för många. Här får alla plats och kan känna att man duger som man är.



Det var jubileum i år, det var 25:e året i rad vi arrangerade våra ni dagarskurser, våra mest populära kurser. Speciellt till jubileet hade vår lärare Dongyue Su tagit fram en kalligrafi med det kinesiska tecknet för harmoni på, något som uppskattades mycket.

Qifältets betydelse för sommarkursernas popularitet och att de varje år ger så bra resultat kan inte underskattas. Ett starkt och fint qifält kan vara avgörande för att man alls kan uppnå de effekter man önskar. I ett bra qifält kan också resultaten komma mycket snabbare än annars. Om du deltar i både steg ett och steg två av vår Sommarkurs har du störst chans att få det bästa resultatet av vårt qifält. Detta följer av såväl

qigongens principer som vår erfarenhet under många år. Qifältet är Zhineng Qigongskolans viktigaste särdrag och dess styrka och kvalitet bestäms främst av lärarens Gung Fu samt alla insatser och kärlek från studenter och lärare. På steg ett 2020 kommer vi att gå vidare med att lära oss Lyft Upp Qi. På steg två kommer vi att lära ut en ny gående qigongövning som bygger upp en god bas för att lära sig kommande steg inom Zhineng Qigong.

Kurser i vår

För den som vill träna i qifältet finns mycket att se fram emot inför 2020. Året börjar traditionsenligt med Sommarkursträningen, den här gången i Göteborg. Du kan också delta i en EasyCare ögon kurs då. Vinterkursen är som vanligt vecka 8, i Karlskoga. I hop med Vinterkursen arrangerar vi också en EasyCare kam kurs och en EasyCare ögon kurs.

Vår träningsresa till Spanska solkusten firar 5-års jubileum, finns platser kvar för den som vill åka med, i månadsskiftet april-maj. I maj har vi också två Tuina/Weituo Jin kurser, dels i Stockholm och dels i Tvååker utanför Varberg.

Allt fler förstår vikten av Qifältet och dess betydelse för våra resultat av vår träning. Intresset för våra kurser ökar, inte minst våra olika träningskurser. Anmäl dig till kurs i god tid så vet du att du får plats.

Vi önskar er alla en riktigt God Jul och ett Gott Nytt År!



Månad	Datum	Sverige	Finland	Norge	Övriga länder
Jan	2-6	Göteborg Sommarkursträning			
	4	Göteborg EasyCare Ögon			
	18-19	Stockholm SXQ			
	25-26	Kalmar Göteborg			
Feb	1-2	Stockholm Alingsås	Ekenäs	Bodö SQ	
	8-9	Västerås			
	15-16	Karlskoga SXQ			
	15	Karlskoga EasyCare Ögon			
	17-22	Karlskoga Vinterkurs SXQ			
	19	Karlskoga EasyCare Kam			
	29/2 - 1/3	Göteborg LUQ2			
Mars	14-15		Helsingfors Vasa	Ålesund Trondheim	
	21-22	Vallda Bollnäs		Bergen	
	28-29	Stockholm LUQ2 Ljungkile Kalmar SXQ	Åbo	Osen	
April	4-5	Göteborg	Helsingfors SXQ	Gran	
	18-19	Lund			
	25-26			Bergen LUQ2	
	25/4 - 2/5				Almuñécar
Maj	2-3	Stockholm			
	7-10	Tvååker Tuina & WTJ			
	16-17	Ystad			Norwich
	21-24	Stockholm Tuina & WTJ			
	30-31	Göteborg SXQ			
Juni	22/6 - 1/7	Nossebro Sommarkurs ett			
Juli	1/7 - 10/7	Nossebro Sommarkurs 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

XSZ= Xing Shen Zhuang
WTJ = Weituo Jin



Observera följande:

- Personer med epilepsi eller svårare mentala sjukdomar kan tyvärr inte delta i våra kurser. Vi förbehåller oss rätten att avvisa personer som inte bör delta på kurs.
- För att barn under 15 år skall kunna delta i kurs krävs att förälder eller annan ansvarstagare deltar i kurs.