



SOMMARKURS OCH SOL I SOMMAR

Precis som förra året arrangerar vi både en 9-dagars Sommarkurs och SOL – Sommarkursträning online, 18 dagar, i sommar. Det ger alla en möjlighet att få vara med i vårt speciella qifält. Qifältet är Zhineng Qigong skolans främsta särdrag. Ju starkare och finare qifält du tränar i, desto större möjlighet att få bättre resultat.

SOL är en digital kurs som är öppen för alla som tidigare deltagit i vår fysiska 9-dagars Sommarkurs. Sommarkursen är öppen för alla, ingen förkunskap krävs. Båda kurserna inleds med en föreläsning av Dongyue Su. SOL innebär träning 2 eller 3 timmar på förmiddagarna, 9 eller 18 dagar. På Sommarkursen lever vi tillsammans och får professionell undervisning direkt från vår lärare Dongyue Su. Cirka 8 timmar per dag är schemalagda, möjlighet finns också till en hel del egen träning. Liksom förra året ska vi vara på vackra Hjälmares Folkhögskola utanför Alingsås. Nytt för i år är att de precis har renoverat idrottshallen. Innebär bland annat för oss fler toaletter, ett nytt fläktsystem samt större och fräschare omklädningsrum.

Vår första 9 dagars Sommarkurs höll vi 1995. Tusentals människor har deltagit i den sen dess och det är det absolut bästa och mest populära vi kan erbjuda. Förutom träningen och vårt underbara qifält får du chans att träffa och umgås med nya och gamla vänner. Njut av och använd qifältet för bästa möjliga resultat, känn lycka och glädje. Få en friskare kropp och ett lugnare sinne, ett harmoniskare liv. Läs gärna kursrapporter från tidigare Sommarkurser på vår hemsida. Du kommer att bli överraskad av den tacksamhet och glädje som flera beskriver efter kursen.

Har du möjlighet, delta i både SOL och Sommarkursen. Gör sommaren till en stor upplevelse med mycket qi.



Kurser i höst

Kursprogrammet hittar du på vår hemsida. Som alltid hittar du där både helgkurser och några längre träningskurser i höst. I Trondheim ges också i november en 4-dagars kurs i Tuina och Weituo Jin. Den kursen är öppen oavsett förkunskaper. När den nyligen gavs i Stockholm i vår var den efterlängtdad och uppskattad.

Ha en skön sommar och njut av livet!



KURSER SOMMAR OCH HÖST 2024

Månad	Datum	Sverige	Finland	Norge	Övriga	Online
Juni	24/6 - 11/7					SOL
Juli	26/7-4/8	Alingsås Sommarkurs				
Augusti	10-11					SOL
	24-25					VOL
	30/8-1/9			Bergen		
September	1	Stockholm ECWQ				
	7-8	Göteborg			Feldis, Schweiz	SOL
	14-15	Ljungskile				
	21-22	Vallda, Stockholm				
	28-29	Göteborg SXQ	Hangö SXQ			
Oktober	5-6	Stockholm XSZ Lund	Åbo	Trondheim		
	12-13	Kalmar				SOL
	17-20		Pargas Höstkurs			
	19-20	Stockholm SXQ				
	26-27	Göteborg	Helsingfors			
November	2-3					SOL
	8-10	Göteborg Vinterkursträning				
	9-10	Katrineholm				
	16-17	Alingsås	Vasa		Norwich, England	
	21-24			Trondheim Tuina & WTJ		
	23-24	Stockholm LUQ 2, Göteborg LUQ 2				
	30/11-1/12	Trollhättan				
December	7-8					SOL
	21-22					VOL
Januari	2-6	Stockholm sommarkursträning				

LYFT UPP QI AVSES OM INGEN ANNAN KURSTYP ANGES

LUQ 2 = Lyft Upp Qi 2

SXQ = Shenxin Qigong

XSZ = Xing Shen Zhuang

SOL = Sommarkursträning Online

VOL = Vinterkursträning Online

ECWQ = EasyCare Wellness Qigong

Föreläsning oftast fredag före helgkurs. Se föreläsningar på zhinengqigong.eu eller kontakta oss

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.

KONTAKT

www.zhinengqigong.eu

info@zhinengqigong.eu

+4670 444 17 54