



QI GONG TAI CHI

GESUNDHEITSPRÄVENTIONSKURS

§20 SGB V - PRÄVENTIONS-KURS | ZWEI-TAGE SEMINAR

WANN?

16.06. UND 23.06.2024

JEWELS VON 10:00-13:00 UHR

WO?

**TCM-INSTITUT AN DER DEUTSCHEN SPORHOCHSCHULE
FÜR SPORT IN KÖLN, HALLE 9**

MEHR INFOS UND ANMELDUNG ZUM KURS:

QIGONG@TUS-RONDORF.DE

BARRIEREFREI, GEBÄRDENSPRACHKOMPETENZ

GESUNDHEITSPRÄVENTIONSKURS

§ 20 S G B V - P r ä v e n t i o n s - K u r s Z w e i - T a g e S e m i n a r

Wann? 16. + 23. Juni 2024, jeweils von 10:00 – 13:00 UHR / insgesamt 6 Stunden

Wo? TCM-Institut an der Deutschen Sporthochschule für Sport in Köln **HALLE 9**
Zufahrt über „Am Römerhof“ oder Junkerdorfer Straße,
Militärring / Stadion Müngersdorf– Barrierefreier Parkplatz/Halle 9
[Am Sportpark Müngersdorf 6, 50933 Köln](#)

Seminargebühr: 100 €
(Bezuschussung durch die Krankenkassen gemäß § 20 Sozialgesetzbuch V)

Ablauf: 1. Anmeldung per eMail: QiGong@tus-rondorf.de (Susanne Hoffmann)

2. Seminargebühr überweisen an:

TCM-Institut Köln – Prof. Zhu

Verwendungszweck:

GP-Kurs-Qigong-Seminar-16./29.06.2024, Vorname, Name

Bankverbindung : IBAN DE07370700240140678400

BIC DEUTDEDBKOE - innerhalb Deutschland

3. Teilnehmen

4. Mit Teilnahmebescheinigung > Antrag an Krankenkasse zur Zuschussung stellen.

Eure Referenten:

Prof. Zhu – TCM Institut

Susanne Hoffmann (Rehabilitation Orthopädie und Krebsnachsorge LSB/BRSNW)

Fragen? QiGong@tus-rondorf.de

BARRIEREFREI    Gebärdensprachkompetenz

Allgemeine Information zum Präventionskurse

Die Qigong- und Taiji (Tai Chi)-Kurse werden von den gesetzlichen Krankenkassen als Präventionskurse anerkannt, und die Seminargebühren werden bezuschusst.

Die meisten Krankenkassen bezuschussen zwei Kurse im Jahr.

Gesundheitsprävention - Kursbeschreibung – Inhalte & Ziele (TCM-BASICS)

Zum Inhalt des Seminars:

Qigong von Kopf bis Fuß (Meridiane & Organe)

ist ein vollständiges Qigong-Übungssystem für Rumpf und Gliedmaßen, Organe, geistige Regulation.

Es besteht aus Bewegungselementen von

- klassische Qigong und DaoYin YangSheng Gong (DYYSG) sowie
- TCM-Meridian- und Organ-Qigong usw..

Es handelt sich um die Gesundheitsförderung aus der ganzheitlichen Perspektive.

Im Seminar werden die systematische Theorie und Praxis sowie die Handlungs- und

Effektwissen und ihr Alltagstransfer vermittelt, mit dem Ziel, den Stress zu bewältigen und die Gesundheit zu fördern.

Zielgruppe:

Das Seminar ist für Erwachsene ab 18 Jahren sowie barrierefrei.

Sie haben Stress?

Sie haben aus unterschiedlichen Gründen keine Möglichkeit zur regelmäßigen Teilnahme an einem Kurs in Wohnortnähe?

Sie pflegen Angehörige oder sind Alleinerziehend?

Sie suchen eine Möglichkeit zur gezielten Dämpfung der akuten Stressreaktion und über dessen regelmäßige Anwendung zu vegetativ wirksamer Erholung und Regeneration?

Vorkenntnisse sind NICHT erforderlich.

Erstattungsfähige Präventionskurs § 20 SGB V – Gesundheitspräventionsleistung mit Ihrem Wunsch- und Wahlrecht

=====

TCM-Institut an der Deutschen Sporthochschule für Sport in Köln **HALLE 9**
Zufahrt über „Am Römerhof“ oder Junkerdorfer Straße,
Militärtring / Stadion Müngersdorf– Barrierefreier Parkplatz/Halle 9
[Am Sportpark Müngersdorf 6, 50933 Köln](#)



Auf der Basis wertschätzender selbstnatürlicher Elemente aus der Traditionellen
Chinesischen Medizin

Inhalte : GEIST KÖRPER SEELE

Ziele : GEIST ~ SEELE ~ KÖRPER

Fernöstliche  Lebensphilosophie
Betrifft das Leben, weise, wie  herzliche Poesie
BeWEGter Körper  BeWEGter Geist

LEBENSENERGIEN & SELBSTHEILUNGSKRÄFTE

QI

AKTIVIEREN UND LERNEN

QI - BEWUSST LEBEN & SEIN – GRUNDLAGEN

mit Krankenkassenzuschuss gemäß § 20 Sozialgesetzbuch V
Informationen zum Antrag erhalten Sie bei Ihrer Krankenkasse –
Antragsmuster auf Anfrage QiGong@tus-rondorf.de

Fragen & Informationen – Barrierefreie Beratung & Antragshilfe via
QiGong@tus-rondorf.de

Susanne Hoffmann (Rehabilitation Orthopädie und Krebsnachsorge LSB/BRSNW)

WIR freuen uns auf Euch

Gesundes   Miteinander –

SELBSTBEWUSST IN DIE ZUKUNFT

BWEGETER KÖRPER - BEWEGTER GEIST - BEWEGTES LEBEN

In herzlich dankbarer Kooperation mit Prof. Wenjun Zhu / DSHS Köln.

LEBENSFREUDE KANN MAN nur FÜHLEN

MACH MIT-MENSCH

Rhein Mit-Menschlich, recht herzlichst !

Barrierefrei Netz   Gebärdensprachkompetenz

GL – taub, SH – schwerhörig, G – gehbeeinträchtigt, aG – außergewöhnlich

gehbeeinträchtigt + Rollis   Dein Leben  Dein Kompass :

Weitere  nformationen : umsetzungsbegleitung-bthg.de  