



## Qigong als Ressource nutzen

Fundiertes Wissen, Fähigkeiten, praktische Methoden zur ganzheitlichen Stärkung des Immunsystems in herausfordernden Zeiten!

Unser kompaktes 3-wöchiges Online-Programm:

Online über Zoom: 4. – 23. September 2026

Dieses Online-Programm wird live ins Deutsche übersetzt!

Mit den Programm Initiatoren:

Zhineng Qigong Master Yuantong Liu und Britta Stalling

Master Yuantong Liu teilt beeindruckende Erkenntnisse der vitalen Qi Lebenskraft für neue Inspiration, Motivation, Erneuerung sowie Erholung in Deinem Leben!

Geeignet für Anfänger und Fortgeschrittene

In dem Life Changer-Online Programm wirst Du verschiedene Methoden kennenlernen, die

- das Qi im Körper anreichern
- die körpereigenen Selbstheilungskräfte mobilisieren
- den Qi-Fluss, das Herz-Kreislauf-System, das zentrale Nervensystem und die Durchblutung verbessern
- die Körper- und Organfunktionen stärken.
- Ziel der Theorie- und Praxiseinheiten ist es nicht nur ein Gleichgewicht der physiologischen Funktionen wiederherzustellen. Wir möchten Dich außerdem dabei unterstützen, die eigenen Emotionen und Deine mentale Kraft so zu stärken, dass Du jegliche Herausforderungen im Leben besser bewältigen kannst!

# Fokus und Inhalt:

## **Einführung in die Zhineng Qigong Wissenschaft**

Lerne die Grundlagen von Qi, die Bedeutung von Informationssubstanz und die Kraft des Bewusstseins gezielt zu nutzen.

## **Stärke Deine Lebensenergie**

Erfahre tiefe Entspannung, emotionale Balance und mentale Stabilität durch gezielte Übungen. Fördere Konzentration, Kreativität und innere Stärke.

## **Bewusstsein als Schlüssel zur Lebensgestaltung**

Nutze Dein Bewusstsein zur Umsetzung Deiner Ziele, vertiefe Dein Wissen über seine Wirkung und entdecke neue Inspiration für Projekte.

## **Emotionale Gesundheit & Organfunktion**

Verstehe den Einfluss von Emotionen auf Organe und Wohlbefinden. Lerne Methoden, um emotionale Balance zu fördern und Blockaden zu lösen.

## **Ganzheitliche Immunstärkung mit Zhineng Qigong**

Stärke Dein Immunsystem aus mehreren Perspektiven: Bewusstsein, Emotionen, Energiefeld, Membranen und Körper. Zur Vorbeugung und Vitalitätsförderung.

## **Klarheit und innere Stärke in herausfordernden Zeiten**

Ein geschärftes Bewusstsein unterstützt Dich, zufrieden und erfolgreich zu leben – gerade dann, wenn es am meisten zählt.

# Programm-Schwerpunkt:

- Methoden zur Entdeckung der Kraft des Bewusstseins und dessen effektivem Einsatz sowie der Beziehung Deines Bewusstseins zum Qi
- Übungen zur Entspannung von Herz und Geist, um Stille, Balance und den gegenwärtigen Moment zu erfahren, z.B.: Xu Yin N Chanting
- Den inneren Kern, Gesundheit und Glück stärken: Smiling Gong und das Chanten (,) zur Entwicklung der inneren Freude
- Das Feng Shui in Deinem eigenen zu Hause verbessern
- Hunyuan Qi und Yi Yuan Ti zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte mobilisieren
- Gesundheitsförderung von Herz, Lungen, Leber, Milz und Nieren: Meditation zur Transformation des Qi's der 5 Zhang Organe
- Übungen zur Stärkung des körperlichen Immunsystems, der Lungen- und Nierenfunktionen, Stärkung des inneren Kerns und der Wirbelsäule: Chen Qi, Qi-Squats, Becken kreisen, Vibration des körpereigenen Membrangewebes

# Zeitplan:

## Freitags & samstags Theorie- und Praxis

Freitags: 15h00 – 17h00 (CET / Berlin-Amsterdam-Paris Zeit Zone)  
4., 11., 18. September 2026

Samstags: 14h00 – 17h00 (CET / Berlin-Amsterdam-Paris Zeit Zone)  
5., 12., 19. September 2026

## Plus optionale Übungstreffen montags und mittwochs

Montags: 17h00 – 18h30 (CET / Berlin-Amsterdam-Paris Zeit Zone)  
7., 14., 21. September 2026

Mittwochs: 17h00 – 18h30 (CET / Berlin-Amsterdam-Paris Zeit Zone)  
9. and 16. September 2026

Fragen- und Antworten + Übungstreffen: Mittwoch 23. September  
2026, 16h00 – 18h30 (CET / Berlin-Amsterdam-Paris Zeit Zone)

NEU: Wöchentliche Übungssessions im Oktober – „Life Changer in  
Action“

Alle Mittwochs: 7., 14., 21., 28. Oktober 2026  
17:00 – 18:30 Uhr

Diese Sessions unterstützen dich dabei, deine Praxis im Alltag zu  
festigen und zu vertiefen – mit all den Werkzeugen und Einsichten,  
die du gewonnen hast.

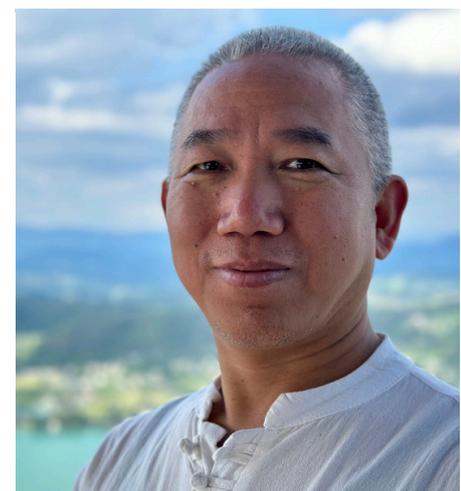
Mehr Infos findest du hier.

Insgesamt: 25 Std.

Nach Anmeldung erhältst Du einen detaillierten Trainingsplan

*“In herausfordernden Zeiten ist es wichtig, sich auf sich selbst zu besinnen. Wir laden  
Dich ein, dich tief im Inneren mit dir selbst zu verbinden - mit deinem eigenen Herzen  
und deinem Bewusstsein. Dadurch entsteht auf erfrischende Art und Weise Erholung,  
Verjüngung, Vitalität, Inspiration, Motivation und allgemeines Wohlbefinden von innen  
heraus! Wenn du mitfühlend und frei bist, dein Herz und dein Bewusstsein vollständig  
zu öffnen, ermutigst du auch andere Menschen in der Welt, sich zu erholen und sich als  
eine Familie und ein Herz zu vereinen.”*

**- Master Yuantong Liu -**



# Investition in Deine Gesundheit und Dein Wohlbefinden:

310 Euro

Die Teilnahmegebühr beinhaltet:

- Theorie- und Praxiseinheiten, freitags und samstags online über Zoom
- Optional: Übungstreffen jeweils montags und mittwochs zur Vertiefung der eigenen Praxis
- Das informative und zugleich interaktive E-Book: „Stärke Dein Immunsystem aus Sicht der Zhineng Qigong Wissenschaft ganzheitlich“
- Solltest Du das ein oder andere Treffen verpasst haben, werden wir Dir die wichtigsten Lerninhalte und Übungen gerne in Form von Trainings videos bereitstellen.
- Übersetzung von Master Yuantong Liu live ins Deutsche

## Feedback von Teilnehmern aus den bisherigen Kursen:

„Ich finde die Kombination, am Wochenende etwas Neues vermittelt zu bekommen und in der Woche dann die Wiederholung und Vertiefung, richtig toll! Danke!“ - Justin, Südafrika

„Herzlichen Dank für die Einfachheit, gerade die effektivsten Übungen zu lehren, um schnell und effektiv zu einem "Erfolg" zu kommen, selbst Erfahrungen zu machen, auf ganz einfache Weise.“ - Teilnehmerin aus Österreich

„Eure Programme ergänzen perfekt meine anderen medizinischen Behandlungen! Ich danke euch von ganzem Herzen. Hao-la!“ - Marion, Germany



Zur Anmeldung