

ZenHaus Jahresprogramm 2022

geplante Termine und Kursdaten

Wintersemester

17.01. - 31.03.2022

Geschlossen Mo 28.02. - Fr 04.03.2022
Im Januar mit Yasusada Seki Doshi aus Japan

QiGong Wochenkurse

17.01. - 28.03.2022 / 10x **Montags** / 18:00 - 19:30 Uhr

Die Kraft des Seidenspinnens - Si jun Zi Tang & Boddhisattva QiGong - Bosa Gong

19.01. - 30.03.2022 / 10x **Mittwochs** / 18:00 - 19:30 Uhr

Die 12 Übungen der Gesundheit - Paojian QiGong

20.01. - 31.03.2022 / 10x **Donnerstags** / 10:00 - 11:30 Uhr

Quell der Kraft - Lin Yuan Gong

I. Die 5 Basis Positionen - II. Die 5 Elemente Übungen III. Meridian Regulation

QiGong Wochenend-Workshops

22.01. - 23.01.2022 / Samstag 10:00 - 18:00 Uhr, Sonntag 10:00 - 17:00 Uhr

Duft QiGong Teil I & II - Xiang Gong mit Yasusada Seki Doshi aus Japan

26.03. - 27.03.2022 / Samstag 10:00 - 18:00 Uhr, Sonntag 10:00 - 17:00 Uhr

Gesundheits-QiGong: Der Stab der Lebenspflege - Taiji Yangsheng Zhang

Zen

Ab 17.01.2022 **Montags** / 19.01.2022 **Mittwochs** / 20:00 - 21:30 Uhr / Wöchentlich
Zen-Meditation

Zen-Sesshin 03.03. - 06.03.2022/

Donnerstag 14:00 - 20:00 Uhr, Freitag und Samstag 10:00 - 20:00 Uhr, Sonntag 10:00 - 17:00 Uhr

Kunst und Kultur

20.01./24.02./24.03.2022 /3x **Donnerstags** / 19:00 - 20:30 Uhr

Kalligraphie „Die Kunst der Tusche“ mit Kalligraphie Meisterin Misayo Koun Kawashima

11.02.2022 / Freitag / 14:00 - 18:00 Uhr

Ikebana Blumenkunst Workshop mit Großmeisterin Sachiko Oishii-Hess

Sonderkurs

25.03.2022 / Freitag / 18:00 - 21:30 Uhr

Stressprävention Teil I mit Pädagogin und QiGong Kursleiterin Hannelore Wagner

**Alle QiGong und Zen Kurse sind mit Dokuho J. Meindl*

Sommertrimester

28.04. - 28.07.2022

Geschlossen Mo 06.06. - Sa 18.06.2022

QiGong Wochenkurse

02.05. – 25.07.2022 / 11x **Montags** / 18:00 - 19:30 Uhr
Die 18 Formen der Harmonie - Shiba Shi Fa

04.05. – 27.07.2022 / 11x **Mittwochs** / 18:00 – 19:30 Uhr
Gesundheits-QiGong: Die sechs Heillaute - Liu Zi Jue

28.04. – 28.07.2022 / 11x **Donnerstags** / 10.00 – 11:30 Uhr
Gesundheits-QiGong: Die Wandlung des Gewebes - Yi Jin Jing

QiGong Exklusiv-Wochenende

20.05. -22.05.2022 QiGong in Paris mit QiGong Meisterin Dr. Ke Wen

Sonderveranstaltung für QiGong-Ausbildung

08.07.2022 / Freitag / 15:00 – 18:30 Uhr
Sommercamp - Theorie

09.07.2022 / Samstag / 10:00 – 17:00 Uhr
Sommercamp - Praxis

10.07. 2022/ Sonntag / 13:00 – 17:00 Uhr
Sommercamp - Prüfung

Zen

Ab 02.05.2022 **Montags** / 04.05. **Mittwochs** / 20:00 – 21:30 Uhr / Wöchentlich
Zen-Meditation

Samu-Zen Wochenende

24.06. – 25.06.2022 / Freitag 19.00 – 22:00 Uhr, Samstag 10:00 – 18:00 Uhr

Kunst und Kultur

12.05. /23.06./21.07. Samu-Zen Wochenende /3x **Donnerstags** / 19:00 – 20:30 Uhr
Kalligraphie „Die Kunst der Tusche“ mit Kalligraphie Meisterin Misayo Koun Kawashima

13.05. / Freitag / 14:00 – 18:00 Uhr
Ikebana Blumenkunst Workshop mit Großmeisterin Sachiko Oishii Hess

**Alle QiGong und Zen Kurse sind mit Dokuho J. Meindl*

Herbsttrimester

26.09. - 19.12.2022

Geschlossen Mo 31.10. - 04.11.2022

QiGong Wochenkurse

26.09.- 19.12.2022 /11x **Montags** / 18:00 - 19:30 Uhr:
Gesundheits-QiGong: Das Spiel der 5 Tiere - Wu Qin Xi

28.09. – 14.12. 2022/ 11x **Mittwochs** / 18:00 - 19:30 Uhr:
Gesundheits-QiGong: Der Stab der Lebenspflege - Taiji Yangsheng Zhang

29.09. – 15.09. 2022/ 11x **Donnerstags** / 10:00. – 11:30 Uhr
Die 15 Formen des Taiji QiGong - Shiwu Shi Fa

QiGong Wochenend-Workshops

01.10. - 02.10.2022 / Samstag 10:00 – 18:00 Uhr, Sonntag 10:00 – 17:00 Uhr
Die Kraft der Schwingenden Hände - Suwai Sho & QiGong der Schlange und Schildkröte - She Gui Gong

19.11. - 20.11. / Samstag 10:00 – 18:00 Uhr, Sonntag 10:00 – 17:00 Uhr
Gesundheits-QiGong:Die 12 Sitzenden Brokate - Shier Duan Jin & Wirbelsäulen QiGong - Chan Mi Gong

Zen

Ab 26.09.2022 **Montags** / 28.09.2022 **Mittwochs** / 20:00 – 21:30 Uhr / Wöchentlich
Zen-Meditation

02.12. – 04.12.2022/ Freitag 19:00 – 22:00 Uhr, Samstag 10:00 – 18:00 Uhr, Sonntag 10:00 – 17:00 Uhr
Rohatsu Za-Zen Kai

Kunst und Kultur

06.10. /10.11. / 08.12.2022 3x **Donnerstags** / 19:00 – 20:30 Uhr
Kalligraphie „Die Kunst der Tusche“ mit Kalligraphie Meisterin Misayo Koun Kawashima

09.12.2022 / Freitag / 14:00 – 18:00 Uhr
Ikebana Blumenkunst Workshop mit Großmeisterin Sachiko Oishii Hess

Sonderkurs

30.10.2022 / Freitag / 18.00 – 21:30 Uhr
Stressprävention Teil II mit Pädagogin und QiGong Kursleiterin Hannelore Wagner

**Alle QiGong und Zen Kurse sind mit Dokuho J. Meindl*