

Infoveranstaltung mit praktischen Übungen!
16.10.2010, 13.00 – 14.00 Uhr

Termine

11 Wochenenden:

Samstag und Sonntag je 9.30 – 17.15 Uhr

08./09.01.2011, 26./27.02.2011, 02./03.04.2011, 21/22.05.2011, 13./14.08.2011,
24./25.09.2011, 08./09.10.2011, 05./06.11.2011, 10./11.12.2011, 28./29.01.2012,
18./19.02.2012 (Prüfungswochenende)

Veranstaltungsort

VHS Region Lüneburg, Haagestr. 4, 21335 Lüneburg

Teilnahmebeitrag

EUR 1500,00, ermäßigt EUR 1260,00, zuzügl. EUR 80,00 Prüfungsgebühr
(zahlbar in 12 Raten, à EUR 125,00, ermäßigt EUR 105,00)

Anmeldeschluß: 01.12.2010

Kurs-Nr.: S35101

Dozent/innen

Asta Eichhorst, Qigong Lehrerin mit Ausbildungsberechtigung, Mitglied im „Netzwerk für Taijiquan und Qigong Deutschland e.V.“, der „Deutschen Qigong Gesellschaft“, im „Deutschen Dachverband für Qigong und Taijiquan“ und in der „Deutschen Gesellschaft für Traditionelle Chinesische Medizin/Heidelberg“. Heilpraktikerin mit eigener Praxis; leitet seit vielen Jahren Kurse u.a. in der Hamburger Volkshochschule und im eigenen Studio. Anerkannt von den Krankenkassen im Rahmen der Präventionsmaßnahmen. Ausbilderin von Qigonglehrern bei der VHS - Norderstedt seit 2001, bei der Deutschen Qigong Gesellschaft seit 1999.

Ulla Fels, Qigong Lehrerin mit Ausbildungsberechtigung, Mitglied im „Netzwerk für Taijiquan und Qigong Deutschland e.V.“, im „Deutschen Dachverband für Qigong und Taijiquan“ und in der „Deutschen Gesellschaft für Traditionelle Chinesische Medizin“. Heilpraktikerin, Ethnologin/M.A., Tanzpädagogin, leitet seit 1990 Qigong und Taiji-Kurse in verschiedenen Institutionen, u.a. der VHS und im eigenen Studio. Anerkannt von den Krankenkassen im Rahmen der Präventionsmaßnahmen. Ausbilderin von Qigonglehrern bei der VHS - Norderstedt seit 2001.

➤ Zahlt sich aus: Die Bildungsprämie

Bildungsprämie- Prämiengutscheine fördern 50% der Kosten für eine berufsbezogene Weiterbildung.

Die Bildungsprämie ist ein aus drei Komponenten bestehendes Finanzierungsmodell der Bundesregierung zur Förderung individueller, beruflicher Weiterbildung. Ins Leben gerufen wurde das Modell vor dem Hintergrund einer sich wandelnden Gesellschaft und Wirtschaft: Immer mehr Menschen machen die Erfahrung, dass eine einmal erreichte Qualifikation nicht mehr ausreicht, um die Anforderungen des Erwerbslebens dauerhaft meistern zu können. Das lebenslange Lernen ist inzwischen zu einer wesentlichen politischen und gesellschaftlichen Herausforderung in Deutschland geworden. Im internationalen Vergleich betrachtet ist die Weiterbildungs-Quote in Deutschland verbesserungsfähig. An dieser Stelle setzt die Bildungsprämie an, indem sie Maßnahmen der beruflichen Weiterbildung durch staatliche Zuschüsse und Finanzierungsmöglichkeiten unterstützt.

Prämiengutscheine im Rahmen der Bildungsprämie

Durch den Prämiengutschein beteiligt sich die Bundesregierung direkt an den anfallenden Kosten einer beruflichen Bildungsmaßnahme. Maximal 500 EUR können Erwerbstätige erhalten, wenn mindestens die gleiche Summe als Eigenanteil eingebracht wird. Voraussetzung ist jedoch, dass das zu versteuernde Jahreseinkommen bei Alleinstehenden 25.600 EUR und bei gemeinsam Veranlagten 51.200 EUR (gem. § 2a WoPG) nicht übersteigt. Der Prämiengutschein wird pro Kalenderjahr einmalig nach einer kostenlosen Weiterbildungsberatung in einer der ausgewählten Beratungsstellen ausgegeben. **Für die Region Lüneburg ist die Volkshochschule REGION Lüneburg Beratungszentrum rund um das Thema „Bildungsprämie“.** Die Bildungsprämie wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Bildung und Forschung und aus dem Europäischen Sozialfonds der Europäischen Kommission gefördert.

Grundsätzlich gilt: Die Anmeldung zum Weiterbildungskurs darf zum Zeitpunkt der Ausstellung des Prämiengutscheins noch nicht erfolgt sein.

Ihre Ansprechpartnerinnen an der VHS Region Lüneburg für diese und andere Fördermöglichkeiten:

Claudia Kutzick
Tel.: 0 41 31 - 15 66 -104
E-Mail: claudia.kutzick@vhs.lueneburg.de

Kirsten Meißner
Tel.: 0 41 31 - 15 66 -105
E-Mail: kirsten.meissner@vhs.lueneburg.de



www.vhs.lueneburg.de



... viel mehr als Lernen!



Anmeldung, Beratung und Informationen
Andrea Bartsch
Tel. 0 41 31 – 15 66 -111
Andrea.Bartsch@vhs.lueneburg.de

Volkshochschule REGION Lüneburg
Geschäftsstelle • Haagestr. 4 • 21335 Lüneburg
Tel: 0 41 31 - 15 66 0 • Fax: 0 41 31 - 15 66 150
E-Mail: vhsinfo@vhs.lueneburg.de
Internet: www.vhs.lueneburg.de

www.vhs.lueneburg.de

Kursleiter/in Qigong 2011-2012

Infoveranstaltung:
16.10.2010, 11.00 – 13.00 Uhr

Qigong-Lehrer/in

Infoveranstaltung mit praktischen Übungen:
16.10.2010, 13.00 – 14.00 Uhr



... viel mehr als Lernen!

Kursleiter/in Qigong

In unserer bewegungsarmen Gesellschaft gewinnen Körpererfahrung und Bewegung eine immer stärkere Bedeutung, die zunehmend auch wissenschaftlich untermauert ist.

Was ist Qigong?

Qigong bedeutet übersetzt „Übungen zur Kultivierung und Lenkung des Qi“ - der vitalen Energie. Es handelt sich um die in China seit Jahrtausenden gepflegte Kunst meditativer Atem- und Bewegungsübungen. Dabei ist Qigong der Sammelbegriff für eine Vielzahl unterschiedlicher Übungen in Bewegung und Ruhe, die entspannend wirken und Selbstwahrnehmung, Konzentrationsfähigkeit und Immunsystem stärken. Damit dienen die Qigongübungen sowohl der Gesunderhaltung wie der Therapieunterstützung und Rehabilitation.

Ziel des Lehrgangs Kursleiter Qigong

Die Ausbildungsteilnehmer/innen sollen durch intensive Eigenerfahrung und spezifisches, theoretisches Hintergrundwissen die Fähigkeit erwerben, selbständig Qigong-Kurse anzuleiten und/oder Qigong disziplinübergreifend in die eigene pädagogisch-soziale, gesundheitspflegerische oder therapeutische Arbeit zu integrieren.

Zielgruppe

Die Ausbildung steht Teilnehmern/innen aller Berufsgruppen offen, wendet sich jedoch besonders an Menschen, die in sozialen und therapeutischen Berufen arbeiten oder arbeiten wollen: Kursleiter/innen im Gesundheitsbereich, Pädagogen, Erzieher, Sozialarbeiter, Altenpfleger, (Physio-)Therapeuten.

Das Lehrgangskonzept

Der Lehrgang orientiert sich an den Allgemeinen Ausbildungsleitlinien (AALL) der „Deutschen Qigong Gesellschaft e.V.“, des „Taijiquan und Qigong Netzwerks Deutschland e.V.“, und dem „Deutschen Dachverband für Qigong und Taijiquan (DDQT)“. Er ist in 3 Abschnitte gegliedert:

1. Eigenerfahrung mit Qigong

Es werden folgende Übungen erlernt und mit dem nötigen Hintergrundwissen untermauert:

Infoveranstaltung!

16.10.2010, 11.00 – 13.00 Uhr

Bewegtes Qigong: Lockerungs- und Meridianübungen, 18 Bewegungen, 6 Heilende Laute, 5 Wandlungsphasenübung, Das Spiel der 5 Tiere, Vom Ursprung des Lichts, Schlendergang.

Stilles Qigong: u.a. Liegende Säule, Dantienübung

Regelmäßiges Üben in der Zeit zwischen den Wochenenden ist notwendig, um eigene Erfahrungen in der Ausübung und der Wirkung zu erlangen.

2. Theoretisches Hintergrundwissen

Grundlagen des Qigong und der Traditionellen Chinesischen Medizin: Charakteristika, Qigong-Arten, „3 Schätze und Vitalsubstanzen“, Meridian-, Yin+Yang- und 5 Wandlungsphasenlehre, Auftretende Sensationen beim Qigong, Grundlagen der Anatomie und Physiologie, Grundlagen der chin. Philosophie, allgemeine Qigong-Didaktik 1 und 2. Ab dem 7. Wochenende hält jeder TN ein Referat zu einem selbst gewählten Qigong-spezifischen Thema.

3. Eigenes Anleiten

Ab ca. dem 12. WE werden die TN auf eine zukünftige Lehrtätigkeit vorbereitet.

Praxis: eigene Probestunden und Korrektur.

Theorie: allgemeine und spezifische Qigong-Didaktik, Umgang mit schwierigen TN.

Voraussetzung

Für die Teilnahme sind Vorkenntnisse in Qigong oder ähnlichen Bewegungsformen erwünscht.

■ Lehrgangsdaten: Kursleiter/in Qigong

Seminarzeiten

Die Fortbildung umfasst 300 Unterrichtsstunden.

Lehrgangszeitraum: Februar 2011 bis Juli 2012, Start: 12.02.2011

Termine:

17 Wochenenden

Samstags und sonntags je 9.30 – 17.00 Uhr,
12./13.02.2011, 19./20.03.2011, 16./17.04.2011, 28./29.05.2011, 25./26.06.2011,
27./28.08.2011, 17./18.09.2011, 15./16.10.2011, 12./13.11.2011, 03./04.12.2011,
21./22.01.2012, 25./26.02.2012, 17./18.03.2012, 14./15.04.2012, 19./20.05.2012,
16./17.06.2012, 14./15.07.2012 (Prüfungswochenende)

Veranstaltungsort:

VHS Region Lüneburg, Haagestr. 4, 21335 Lüneburg

Zertifikat

Am Ende der Ausbildung wird ein Zertifikat erteilt, wenn

1. der Lehrgang regelmäßig besucht wurde (mindestens zu 90%),
2. regelmäßiges Üben stattgefunden hat,
3. regelmäßig Erfahrungsberichte* angefertigt wurden,
4. das Abschlusskolloquium bestanden wurde (schriftlich, evtl. mündlich).

**Alle 4 Wochen wird ein Erfahrungsbericht abgegeben, in dem Wahrnehmungen und Erfahrungen in Bezug auf die Übungspraxis beschrieben werden.*

Teilnahmebeitrag

EUR 2250,00, ermäßigt EUR 1890,00,
zuzügl. EUR 80,00 Prüfungsgebühr
(zahlbar in 18 Raten, à EUR 125,00, ermäßigt EUR 105,00)

Anmeldeschluß: 11.12.2010

Kurs-Nr.: S35102

Qigonglehrer/in

Aufbauend auf das Zertifikat ‚Kursleiter/in Qigong‘ bieten wir eine Vertiefung zur Qigong-Lehrer/in nach den Allgemeinen Ausbildungsleitlinien (AALL) der Deutschen Qigong Gesellschaft e.V. an. Die Fortbildung richtet sich an Personen, die

- eine Qigong-KursleiterInnen-Ausbildung
- von 300 UStd. absolviert haben,
- Gruppen im Qigongunterricht über längere Zeiträume begleiten wollen,
- ihre eigenen Kenntnisse erweitern möchten und sich um eine Vertiefung der eigenen körperlichen und geistigen Integration der Qigong-Prinzipien bemühen,
- ihre Ausbildung durch ein Lehrzertifikat aufwerten wollen.

VHS REGION Lüneburg!

Haagestr. 4 - Lüneburg

1. Theoretische Inhalte:

- Didaktik 3+4, richtig korrigieren lernen
- Wiederholung der Grundlagen der TCM und Einführung in die Krankheitslehre der TCM
- Anatomie und Funktion des Beckenbodens und alle Varianten des Beugens
- Spiralbewegungen im Qigong und deren Bedeutung für Körper und Geist.
- Vertiefung des Stillen Qigong, u.a. Grundlagen der Inneren Alchemie.
- Ökonomische und rechtliche Fragestellungen in der Arbeit als Qigong-LehrerIn, Vereine/Verbände, Versicherungen, Krankenkassenzulassung etc.

2. Praxisanteile an allen Wochenenden:

- Verstärkte Integration der Qigong-Bewegungs-Prinzipien in bisher gelernte Übungen
- Neu: Der Morgenspaziergang des alten Weisen, Himmel und Erde verbinden, weitere Übungen des Stillen Qigong
- Korrektur des bisher Erlernten
- Partnerübungen
- Eigenes Anleiten und Korrigieren der Kursteilnehmer/innen
- Vermittlung der erlernten Übungen mit Schwerpunktthemen, wie ‚special needs‘ bei Teilnehmern, Qigong in Schulen, Altenheimen, am Arbeitsplatz etc.

Die Fortbildung wird mit einer theoretischen und praktischen Prüfung abgeschlossen.

■ Lehrgangsdaten: Qigonglehrer/in

Seminarzeiten

Die Fortbildung umfasst 200 Unterrichtsstunden.

Lehrgangszeitraum:

Januar 2011 – Februar 2012,

Start:

08.01.2011