



---

## Shibashi – Qi Gong – Ausbildung

Start am Mittwoch, 12. Febr. 2025

---

„Shibashi ist Poesie  
in Bewegung,  
die Kunst loszulassen.“

Sr. Marimil Lobregat



Für angehende Shibashi Qi Gong - Lehrende

---



### Inhalte:

- Üben, Vertiefen und Verfeinern folgender Formen:
  - Stilles Shibashi
  - Fließendes Shibashi
  - Harmonizing the whole Being
  - Harmonizing Heaven & Earth
  - Yin und Yang Form der 5 Jahreszeiten
  - Energy Greeting Qi Gong
- Qi-Energie erfahren und kultivieren in den Formen: mit einfachen Qi-Übungen, Energiekreislauf etc.
- Beachten der Energiepunkte (Meridianpunkte) in der Bewegung
- Wahrnehmungs- und Haltungsübungen zur Verfeinerung der Grundhaltung
- Erforschen der Qualitäten der Jahreszeiten in einzelnen Bewegungen
- Impulse und Austausch zur Methodik: Shibashi als Meditation in Bewegung erfahren und weitervermitteln
- Spiritueller Hintergrund des Shibashi: Impulse und Austausch zur inneren Verbindung von Taoismus und christlicher Schöpfungsspiritualität
- Hinweise auf Musik und sonstige Hilfsmittel

---

### Eingeladen sind all jene,

- die eine Übungsgruppe vor Ort aufbauen wollen und/oder leiten
- die als Shibashi-LehrerInnen Shibashi-Kurse anbieten
- die sich eine intensive Vertiefung in verschiedene Formen des Shibashi-Qi Gong gönnen wollen

### Voraussetzungen:

- Stilles Shibashi kennen und selbstständig durch die Form finden. Regelmässige Übungspraxis

### Termine:

mittwochs, jeweils 9.30 – 16.15 Uhr: 12. Febr. / 19. März / 16. April / 14. Mai / 11. Juni / 2. Juli / 20. Aug. / 17. Sept. / 22. Okt. / 3. Dez. 2025

**Kursort:** Dojo Würzenbach Luzern

**Kurskosten:** Fr. 1'600.- für alle 10 Tage

### Konditionen:

- Bestätigung als Shibashi-Lehrperson bei der Teilnahme an mind. 8 Ausbildungstagen
- Es gelten für Ausbildungen wie diese die allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) der Lebensgrund GmbH (Siehe AGB unter: [www.lebensgrund.ch](http://www.lebensgrund.ch))
- Einmal begonnen, kann das Kursgeld bei Abbruch des Lehrgangs nicht zurückerstattet werden. *(Wir empfehlen den Abschluss einer Annullationskosten-Versicherung)*

---

### Leitungsteam:

Antoinette Brem & Barbara Lehner

Ausbildnerinnen [shibashi-net.ch](http://shibashi-net.ch), freischaffende Theologinnen, tätig in der Begleitung von Menschen in Lebensübergängen. Akkreditierte Qi Gong Lehrerinnen, ausgebildet von Marimil Lobregat, Chi Chinese Healing College, Australien und Mary John Mananzan, Philippinen.

### Anmeldung: **schriftlich bis spätestens 31. Jan. 2025** an

Antoinette Brem,

Obergrundstrasse 65,

6003 Luzern

Tel. 041 310 98 51, M: 079 771 23 50

Mail: [brem@lebensgrund.ch](mailto:brem@lebensgrund.ch)

### ***Ich melde mich verbindlich an: Shibashi – Qi Gong – Ausbildung 2025***

Name \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_ PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Tel. Festnetz \_\_\_\_\_ Handy \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

Datum:

Unterschrift: