

Arts & ENERGY



Inviterer til

Nordic-Euro Platform

Of

Qi Performing Arts



10/09 ◻ 11/09 ◻ 12/09



Årets store Festival

Qigong

vs

Taichi

Fredensborg

QiGong, TaiChi
og kampkunst
entusiaster på alle
niveauer og aldre

- også uden tidl. erfaring

TAIJI DAO
Qigong Taiji
Yangsheng
STUDIOS

Afholdelse af "World Health Qigong Day 2021" i Danmark

5. World Health Qigong Day lanceres den 11. september 2021 i global skala i Danmark under QiGong VS TaiChi Festivalen ved Fredensborg Kulturhus

Temaet for World Health Qigong Day 2021 er "Liuzijue – Livet mellem åndedrag i vejrtrækningen"

Lørdag D. 11-09-2021 13:00-16:00

WORKSHOP STAGE – Udendørs på plænen ved Kulturhuset Gl.Bio

TEMAER: Health Qigong • Liuzijue er det eneste rutine, hvis hovedindhold baseres på vejrtrækning (tu'na) blandt alle Health Qigong -rutiner, og det er en helt særlig udførelsesform iht TCM og Wuxing (fem elementer). Ved indånding gennem næse og udånding gennem mund, hvor der udsendes forskellige lyde, reflekteres øvelsen i hele kroppens indre helbred og indvirker på sundhed, letter sygdom og forlænger af livet.

På samme tid udtrykker det kinesiske formsprog "Xi Xi Xiang Guan 息息相关" (Life Between Breaths) ikke blot de gode egenskaber ved et gennemført åndedræt når Health Qigong • Liuzijue udføres, men også metaforisk som et tæt forhold mellem mennesker og mellem mennesker og naturen set i lyset af kinesisk kultur. Det afspejler Health Qigongs positive rolle for kroppens sundhed og harmoniske sociale relationer.

Sundhedsudøvelsen Qigong • Liuzijue kan også spille en positiv rolle i forebyggelsen af Covid-19, som er tæt forbundet med vejrtrækningen.



Oplægsholder:

Lillian Wong Har siden midt i 90'erne studeret traditionel kinesisk medicin og Daoyin Qigong og uddybet studiet af Daoyin Yangsheng Gong, Chinese Health Qigong, Taiji quan og Wushu hos nogle af de vigtigste mestre i Kina Har 6. duan i Daoyin Yangsheng Gong og 3. Duan i Chinese Health Qigong og har gentagne gange haft lejlighed til at perfektionere sig i Kina og evaluere sit arbejde positivt hos de største autoriteter: Yang Bai Lung, Zhang Jian, Lei Bin, Shi Ai Qiao, Xiang Han Ping. Vundet guldmedaljer i internationale Daoyin Yangsheng Qigong/ Chinese Health Qigong konkurrencer og ofte virket som dommer. Blev i 2010 generationsarving af 2. lineage Daoyin Yangsheng Gong som intern discipel, *Ru Shi Di Zi*, hos professor og stormester Zhang Guangde, en af de ti vigtigste nulevende mestre i Daoyin Qigong og Wushu i Kina. Har grundlagt Skolen, QTY Qigong Taiji Yangsheng læreruddannelse og siden 2012 uddannet lærere. Gennemfører regelmæssigt seminarer og kursusophold i hele Danmark og Kina. Er lærer i Qi Gong, Taiji Quan, bioenergetiske behandlingsmetoder og akupunktør.
www.healhqigong.dk