

# 0783 Taijiquan und Qi Gong Trainer

Aufbauend auf dem Grundlehrgang Gesundheit und Bewegung lernst Du Techniken aus dem Taijiquan und Qi Gong zu unterrichten. Du begleitest Deine Kunden auf dem Weg der Selbst- und Weiterkenntnis, der Gesundheitsübungen und Kampfkunst. Von Künstlern, Gelehrten, Ärzten, Kriegern und Philosophen praktiziert und gelehrt schwingen sagemumwobene Geschichten alter Meister und weiser Einsiedler in jeder Übung. Unterricht in den Grundlagen der chinesischen Medizin vervollständigt den Lehrgang.

## Die Voraussetzung:

- Mindestalter von 18 Jahren
- Bereitschaft während des Kurses mit zu trainieren
- Grundlehrgang Gesundheit und Bewegung

## Die Zielgruppe:

Der berufsbegleitende Lehrgang wendet sich an alle Personen, die

- für sich Selbst die positiven Wirkungen von Qi Gong und Taijiquan nutzen wollen.
- als Trainer und Kursleiter Qi Gong und Taijiquan unterrichten wollen.

## Die Lernziele:

Die Absolventen sind in der Lage ihre Kunden im Einzel oder Gruppentraining individuell zu betreuen und unterschiedliche Übungen aus dem Taijiquan und Qi Gong zu vermitteln.

## Die Inhalte:

- Die Lehre von Yinn und Yang und das Konzept des Qi
- Übungen aus dem medizinischen Qi Gong
- Übungen aus dem Taoistischen Qi Gong
- Taijiquan 24er Peking Form
- Taijiquan 24er Form mit Wanderstab

## Der Abschluss:

Diplom Taijiquan und Qi Gong Trainer

## Die Gesamtdauer Ausbildung:

60 TE

## Der Lehrgangsführer:

Mag. Benedikt Egger,  
Sportwissenschaftler, Kampfkunsttrainer, Taijiquan und Qi Gong Lehrer, Masseur, ...

## Die Ausbildungsorte:

- Fitness am Eggergut, Ebnat 3, 5310 Tiefgraben/Mondseeberg.  
Tel: 0664 4400119  
[info@fitness-eggergut.at](mailto:info@fitness-eggergut.at)  
[www.fitness-eggergut.at](http://www.fitness-eggergut.at)



Kursbuchung und weitere Details unter **0783** im WIFI-Kundenportal:

[www.wifi.at/ooe](http://www.wifi.at/ooe)

## 0783 Tajiquan und Qi Gong Trainer

### **Die Haftung:**

Jeder Kunde trägt die Verantwortung für sich und seine Handlungen innerhalb und außerhalb der Trainings selbst.



Kursbuchung und weitere Details unter **0783** im WIFI-Kundenportal:  
[www.wifi.at/ooe](http://www.wifi.at/ooe)