



CHI NENG QIGONG

(MEDITATIE IN BEWEGING)

WAT IS CHI NENG QIGONG ?

HET IS EEN HELENDE BEWEGINGSVORM AFKOMSTIG UIT CHINA. QIGONG IS EEN VERZAMELNAAM VOOR VELE VORMEN VAN BEWEGING EN HET WERKEN MET CHI (LEVENSENERGIE).

ER ZIJN MEER DAN 1000 VERSCHILLENDE VORMEN VAN QIGONG, WAARBIJ CHI NENG (ZHINENG GENAAMD IN CHINA), DOOR DE CHINESE OVERHEID IS ERKEND ALS DE MEEST EFFECTIEVE MEDISCHE QIGONG-VORM OM JE GEZONDHEID TE VERBETEREN.

HET IS EEN SIMPELE METHODE, DIE ONTWIKKELD IS DOOR DR. PANG MING (TAI CHI EN QIGONG-GROOTMEESTER, EN ZOWEL

WESTERS ALS CHINEES ARTS). DE METHODE IS IN KORTE TIJD MAKKELIJK ZELF TE LEREN EN ER GAAT EEN HELENDE WERKING VANUIT.

WAT DOET CHI NENG QIGONG ONDER ANDERE ?

DOOR HET BEOEFENEN OPENT MEN ONDER ANDERE DE MERIDIANEN (ENERGIEBANEN). DE CHI KAN VRIJ DOORSTROMEN. HIERDOOR :

- KUNNEN BLOKKADES, DIE ZIJN ONTSTAAN DOOR BIJVOORBEELD ONVERWERKTE EMOTIES OF VERKEERDE HOUDING, WORDEN OPPERUIMD
- KOMT DE LYMFESTROOM OP GANG EN AFVALSTOFFEN WORDEN VERWIJDERD
- VERSTERKT HET IMMUUNSYSTEEM
- VERBETERT DE FUNCTIES VAN DE ORGANEN
- ONTSPANT HET LICHAAM
- ONTSTAAT ER INNERLIJKE RUST
- VERBETERT DE CONCENTRATIE
- VERMINDERT OF VERDWIJNT STRESS
- KOMEN LICHAAM EN GEEST IN BALANS

VOR WIE ?

- VOOR IEDEREEN, DIE GEZOND EN VITALE WIL WORDEN OF BLIJVEN
- MENSEN VAN ALLE LEEFTIJDEN
- GEZONDE EN ZIEKE MENSEN
- MENSEN MET KLACHTEN ZOALS BURNOUT, STRESS, DEPRESSIE, VERMOEIDHEID, HOOFD-, RUG-, NEKPIJN, SPORTERS, HULPVERLENERS, MANAGERS, MANTELZORGERS, DIE ACTIEF HUN ENERGIE WILLEN BEHOUDEN OF VERGROTEN
- DUS VOOR IEDEREEN DIE INTERESSE HEEFT!

DOOR DAGELIJKS 20 MINUTEN TE OEFENEN, AAN DE HAND VAN EEN CD, ERVAART MEN REEDS NA KORTE TIJD EEN VERMEERDERING VAN ENERGIE EN VERMINDERING VAN STRESS.

CHI NENG BESTAAT UIT KORTE KRACHTIGE WARMING-UP OEFENINGEN EN LANGERE OEFENINGEN VAN ONGEVEER EEN KWARTIER. DE WARMING-UP OEFENINGEN OPENEN DE MERIDIANEN, STIMULEREN HET LYMFESYSTEEM EN MASSEREN VERSCHILLENDE DELEN VAN HET LICHAAM.

DE LANGERE OEFENINGEN VERMINDEREN STRESS, VERSTERKEN HET LICHAAM, VERBETEREN HET CONCENTRATIEVERMOGEN EN DE KWALITEIT VAN HET LEVEN EN STIMULEREN HET ZELFHELEND VERMOGEN VAN HET LICHAAM.

DE INVLOED VAN DR. PANG MING

DR. PANG MING BESLOOT IN 1988 AAN TE TONEN DAT ZHINENG QIGONG VOLDOENDE IS OM ZIEKE MENSEN TE GENEZEN. HIJ RICHTTE HET HUAXIA ZHINENG ZIEKENHUIS OP IN DE BUURT VAN BEIJING, WAAR 7.000 MENSEN ELKE DAG CHI NENG QIGONG BEOEFENDEN. DIT ZIEKENHUIS TELDE MEER DAN 700 MEDEWERKERS, ONDER WIE 30 WESTERS OPGELEIDE ARTSEN. DEZE ARTSEN HADDEN EEN ONDERGESCHIKTE ROL. ZIJ STELDEN DIAGNOSES MET WESTERSE APPARATUUR EN VOERDEN NA EEN MAAND OEFENEN CONTROLES UIT BIJ DE PATIËNTEN. DE LERAREN WAREN VAAK OUD PATIËNTEN, DIE NA HUN GENEZING IN HET HUAXIA ZHINENG ZIEKENHUIS BLEVEN OM DE NIEUWKOMERS TE BEGELEIDEN.

INMIDDELS ZIJN MEER DAN 200.000 PATIËNTEN BEHANDELD EN IS EEN EFFECTIVITEITSPERCENTAGE VAN 95% BEREIKT. RUIM 180 CHRONISCHE AANDOENINGEN ZIJN IN HET ZIEKENHUIS BEHANDELD, WAARONDER VERSCHILLENDE VORMEN VAN KANKER, DIABETES, NIERZIEKTEN, HOGE BLOEDDRUK, AANGEBOREN HARTAFWIJKINGEN, VERLAMMINGEN, BEROERTES, MIGRAINE, RUGKLACHTEN, RSI, SPIER- EN GEWRICHTSZIEKTEN EN ASTMA. 15.2% WAS VOLLEDIG GENEZEN, PLUS NOG EENS 80% VAN DE PATIËNTEN HAD EEN BIJZONDER EFFECTIEF RESULTAAT EN DAT NA SLECHTS 30 TOT 40 DAGEN!



WORKSHOP

OM DEZE MOOIE VORM OVER TE DRAGEN AAN MENSEN HEB IK DE VOLGENDE OPZET BEDACHT:

- ALLEREERST EEN 1-DAAGSE WORKSHOP TE VOLGEN VAN 10.00 TOT 17.00 UUR. HIERBIJ KRIJG JE VOLDOENDE AANDACHT OMDAT IK WERK MET GROEPEN VAN MAX. 6 PERSONEN. HIERDOOR KRIJG JE EEN GOED BEELD VAN HOE DEZE VORM WERKT, EN JE KUNT METEEN THUIS AAN DE SLAG MET DE CD. ALLE OEFENINGEN DIE HIEROP STAAN WORDEN UITVOERIG BEHANDELD.
- ALS VERVOLG WIL IK DE MENSEN DIE DE WORKSHOP GEVOLGD HEBBEN DE GELEGENHEID BIEDEN OM 1 KEER PER 2 WEKEN 'S-AVONDS ANDERHALF UUR LES TE VOLGEN.

PRIJS: 85 EURO, INCLUSIEF CD (TWT 17 EURO) EN LUNCH.

NAAM: BEN ACKERMANS (ERKEND CHI NENG QIGONG INSTRUCTEUR)

LOCATIE: DEMERTSTRAAT 50, HEER-MAASTRICHT

TELEFOON: 06-54670719

EMAIL: INFO@BENACKERMANS.NL

WEBSITE: WWW.BENACKERMANS.NL

WWW.CHINENG.NL

(NEDERLANDSE INSTITUUT VOOR CHI NENG QIGONG)

