

# Schönbrunner Sommer

## Dann und wann

das Tempo verlangsamen,  
anhalten,  
ruhig wahrnehmen, was um uns ist,  
was uns schützt, bedroht und freut,  
fordert, fördert,  
uns neu einstellen und ausrichten.

## Dann und wann

das Tempo verlangsamen,  
anhalten,  
sich hinsetzen und setzten lassen,  
was sich in uns bewegt.

## Dann und wann

das Tempo verlangsamen,  
anhalten,  
aus unserer Tiefe Bilder aufsteigen lassen,  
dankbar sein und sehen,  
was sie uns zeigen wollen,  
wohin sie uns weisen.  
(M. Feigenwinter)

## Unser Dann-und-Wann-Ort:

Der Engelsbrunnen ist ein vom Alltags- und Touristenleben entrückter Platz, der zum Seelebaumeln und Kraftschöpfen einlädt.

## 5 Elemente im Gehen und Stehen

Mittwoch 19.6. und Mittwoch 26.6. 2019

18:00 - 20:00

Die Abende können einzeln gebucht werden und sind geeignet für Üben mit und ohne Qigong Vorerfahrung. Treffpunkt für unsere Übungseinheiten ist jeweils 15 Minuten vor Kursbeginn beim Eingang Grünbergstraße (Meidlinger Tor)

**Leitung:** Mag. Maria Lanser

Qigong-Lehrerin, Jin Shin Jyutsu-Praktikerin, Psychologin

**Anmeldung:** Die Anmeldung kann telefonisch oder per e-mail erfolgen.

Sie kann auch ganz kurzfristig sein, um der Flexibilität des Sommers zu entsprechen. Bei Regen finden die Abende nicht statt, bei Wetterunsicherheit wird kurzfristig mit den angemeldeten TeilnehmerInnen besprochen, ob der Kurs stattfindet. Bequeme Kleidung und bequeme flache Schuhe sind erforderlich.

Tel: 0664/5026041

e-mail: [maria@lanser.at](mailto:maria@lanser.at)

**Preis:** € 25.- /Abend