



**GUANYIN**  
Schule für Taijiquan, Qi Gong  
und Körperwahrnehmung  
Susanne Huth

Saarbrückerstraße 78  
66130 Saarbrücken  
Telefon (0681) 3 90 64 58  
[www.susanne-huth.com](http://www.susanne-huth.com)

# Chan Mi Qigong

## (Wirbelsäulen Qigong)

**Sonntag, 14 Nov. 21**

**10:00–13:00 Uhr**

Die vier Basisübungen bilden die Grundlage des Chan Mi Qigong und zeichnen sich aus durch schlangenartige, wellenförmige Bewegungen der Wirbelsäule mit meditativem und zugleich sinnlichem Charakter.

Die differenzierten, sanft fließenden Bewegungen fördern die Durchlässigkeit in allen Wirbeln und Gelenken.

Qi wird auf subtile Weise im Zentralkanal der Wirbelsäule und im ganzen Körper aktiviert, sodaß sich rasch ein umfassendes Wohlbefinden einstellen kann. Im Stehen geübt, enthalten die Übungen sowohl vorgegebene, als auch freie Bewegungen in Verbindung mit der Vorstellungskraft.

Anmeldung: [guanyin@susanne-huth.com](mailto:guanyin@susanne-huth.com) oder 0681–3906458

Seminargebühr : 45;– € ( incl.19% Mwst)

Verwendungszweck: Chan Mi Qigong

---

Steuernummer: 040/234/07006

Sparda Bank Südwest

IBAN DE 85 55090500 0105705290

BIC GENODEF1S01