

## Dozentinnen und Dozenten

### Dr. Anna Mietzner

Fachärztin für Allgemeinmedizin, seit 2002 Privatpraxis, Schwerpunkte CAT, Akupunktur, Qi Gong. Akupunkturausbildung in Sri Lanka 1985/1986, einjähriger Studienaufenthalt für CAT in China 1990-1991. DÄGfA Dozentin seit 2002. Qi Gong seit 1988, 1996-1999 Zen-Ausbildung, seit 1999 in ständiger Aus- und Weiterbildung bei Liu Ya Fei, ihre Übersetzerin aus dem Chinesischen. Seit 2006 Co-Dozentin und inhaltliche Organisatorin der Aus- und Weiterbildungen für medizinisch-therapeutisches Qi Gong mit Liu Ya Fei.



### Stephan Allmendinger

Ärztliche Tätigkeit in der Allgemeinmedizin, der Schmerztherapie, Psychosomatik und Palliativmedizin – momentan in Berlin tätig. Akupunktur und CM-Schwerpunkte: Japanische Akupunktur, Triggerpunkt-Akupunktur, Psychosomatik und Qi Gong. DÄGfA-Dozent für Spezialkurse und Qi Gong seit 2013. Qi Gong-Lehrerausbildung bei Großmeister Quingshan Liu 2007, seither regelmäßige Praxis und Anleitung von Gruppen. Mitbegründer von „Medizin und Menschlichkeit e.V.“ und der „DÄGfA Summer School of Acupuncture“.



### Dr. Petra Wüller

Fachärztin für Augenheilkunde, nach 20-jähriger Tätigkeit als Kassenärztin seit 2009 niedergelassen in privatärztlicher Praxis für integrative Medizin, Schwerpunkt TCM („Meister der Ost-Asiatischen Medizin DÄGfA“, 2012) und Mind-Body Medizin (Universität Duisburg-Essen 2008), Qi Gong Kursleiterin (DQGG 2013) und Ausbildung im med. Qi Gong (Nei Yang Gong 2015). Weiterbildung psychosoziale Onkologie (Dt. Krebsgesellschaft 2014)



## Deutsche Ärztegesellschaft für Akupunktur e.V.

- Qualitätsstandard seit 1951
- Authentische Dozenten
- Für die tägliche Praxis
- Zertifiziert durch ÄK
- Gemeinnützig
- Wissenschaftsförderung
- Rund 85 Qualitätszirkel
- Internationale Anerkennung



# DÄGfA

Kompetenz und Erfahrung in Akupunktur und Chinesischer Medizin seit 1951

## Qi Gong

# 氣功

Kurse 2019-2020



### Kurszeiten:

09.00-13.00 Uhr und 14.00-18.00 Uhr

### Kosten:

Regulär für Mitglieder: 160 Euro/Kurstag 10 UE

Blockbuchung für Mitglieder M6 und M7 (110 UE):

Regulär 1.600 Euro (statt 1.760 Euro),

Ermäßigt 1.300 Euro,

Studenten 800 Euro

Informationen und Kursbuchung  
im Internet oder telefonisch:



Deutsche Ärztegesellschaft  
für Akupunktur e.V. (DÄGfA)

Fortbildungszentrum · Würmtalstr. 54 · 81375 München  
Tel. 089 / 710 05-11 · fz@daegfa.de · www.daegfa.de

Deutsche Ärztegesellschaft  
für Akupunktur e.V.  
[www.daegfa.de](http://www.daegfa.de)

## Liebe Kolleginnen, liebe Kollegen,

Qi Gong als Entspannungs- und Präventionsmethode erfreut sich zunehmender Beliebtheit. Bekannt und auch durch Studien belegt sind positive Wirkungen auf Atmung und andere vegetative Funktionen und auf Beschwerden im Bewegungsapparat.

Die Anwendung von Qi Gong als gezielte Therapiemethode – als eine der fünf Säulen der Chinesischen Medizin – ist im europäischen Raum jedoch wenig verbreitet.

Die neu beginnende Ausbildung der DÄGfA möchte Sie in Theorie und Praxis mit diesen verschiedenen Aspekten des medizinischen Qi Gong vertraut machen.



### Struktur und Inhalte

Die Grundlagen, die für alle Qi Gong Formen gelten, lernen Sie im Einführungskurs M1 K11 („Meister der Akupunktur DÄGfA“) kennen. Das Modul 6 dient dazu, Qi Gong als Therapieverfahren vorzustellen, dies passiert am Beispiel eines häufig auftretenden Krankheitsbildes. In den folgenden fünf Leistungskursen, thematisch den Wandlungsphasen zugeordnet, werden stille und bewegte Übungen unterrichtet, die bei Erkrankungen oder Störungen im jeweiligen Bereich eingesetzt werden können.

Neben dem theoretischen Hintergrund nimmt die Übe-Praxis einen breiten Raum ein: das Erlernen der äußeren Form, das Erspüren der inneren Reaktionen darauf und die geistige Ruhe und Konzentration, die dabei entsteht.

Die Kurse sind aufeinander aufbauend, können aber auch einzeln gebucht werden. Der Gesamtblock wird als Leistungskurs zur Ausbildung „Meister der Ost-Asiatischen Medizin DÄGfA“ anerkannt.

Ihr DÄGfA-Team

### M6 Qi Gong als Therapiemethode

Am Beispiel Hypertonus werden nach Chinesischer Diagnose jeweils dazu passende „Qi Gong Rezepte“ mit stillen, bewegten und Massage-Übungen erstellt und geübt.

19.01.2019	Berlin	Wüller
30.03.2019	München	Wüller
31.10.2019	Baden-Baden	Wüller

### M7 Qi Gong Leistungskurse

In den fünf Leistungskursen wird mit den Methoden des Nei Yang Gong – Innen Nährendes Qi Gong – gearbeitet. Die aktuelle Traditionshalterin dieses alten Übungssystems ist Liu Ya Fei, leitende Qi Gong Ärztin der Klinik in Beidaihe / V.R. China. Die bewegten Formen sind aus der Reihe „Wandle Muskeln und Sehnen und bewege das Qi“. Im Verlauf der 5 Leistungskurse lernen Sie die gesamte bewegte Form kennen.

#### Leistungskurs 1 – Wandlungsphase Erde

Theorie:	Übungen zur Kräftigung von Mi/Ma – Stabilität, Mitte	
Bewegt:	Hebe das Klare, senke das Trübe Den Himmel stützen, die Erde stoßen	
Massage:	Bauchmassage, Mundübungen	
Still:	Zhong Wan (Ren 12 öffnen und schließen)	
13./14.07.2019	München	Wüller

#### Leistungskurs 2 – Wandlungsphase Metall

Theorie:	Übungen zur Stärkung der Lunge – Austausch und Schutz	
Bewegt:	Gegen den Strom das Boot stoßen Sonne und Mond hinterher laufen Den Körper drehen und auf den Tiger zielen	
Massage:	Tan Zhong drücken · Leitbahnmassage Arme Nasen (Erkältungsmassage)	
16./17.11.2019	München	Mietzner

#### Leistungskurs 3 – Wandlungsphase Wasser

Theorie:	Übungen zum Aufbau der Niere – Essenz, Ausgleich von Yin / Yang	
Bewegt:	Zurückgelehnt die Sterne betrachten Je älter der Baum, umso tiefer die Wurzeln	
Massage:	Rückenmassage, Ohrmassage	
Still:	Ming Men öffnen und schließen	
26./27.01.2019	Berlin	Mietzner
18./19.01.2020	München	Mietzner



#### Leistungskurs 4 – Wandlungsphase Holz

Theorie:	Übungen zur Harmonisierung von Le / Gb – Stressmanagement	
Bewegt:	Das Qi folgt dem Regenbogen Der riesige Drache taucht ins Meer	
Massage:	Augenmassage Flanken reiben Brust erleichtern und das Qi zum Fließen bringen	
Still:	Öffnen und Senken / Ganzkörper	
30./31.03.2019	Berlin	Mietzner
21./22.03.2020	München	Mietzner

#### Leistungskurs 5 – Wandlungsphase Feuer

Theorie:	Der Geist – Konzentration und Vorstellungskraft Übungen für die Ruhe des Herzens	
Bewegt:	Das Universum im Innern vereinen Die Himmelssäule aufspannen Das goldene Huhn steht auf einem Bein	
Massage:	Massage des Herzgebiets, Mundübungen	
Still:	Stilles Sitzen	
29./30.06.2019	Berlin	Mietzner
06./07.06.2020	München	Mietzner

### Symposium Qigong

Mit spannenden Vorträgen und Workshops.

04.05.2019	Berlin	Liu Ya Fei, Mietzner et al.
------------	--------	-----------------------------

### Spezialkurse

#### Nü Zi Qi Gong – Qi Gong für Frauen

03.05.2019	Berlin	Liu Ya Fei
------------	--------	------------

#### Nei Yang Gong: „Wandle Muskeln und Sehnen und bewege das Qi“, Übung 1 – 6

05.05.2019	Berlin	Liu Ya Fei
------------	--------	------------