



## **Qi Gong und Erholung am Attersee Sonntag 27. - Donnerstag 31. Oktober 2024**

### **Qi Gong "Acht Schätze zur Erhaltung der Gesundheit"**

**"Die Acht Brokat Übungen" oder "Die Acht Schätze"** sind die wohl bekannteste und weltweit meist geübte Qi Gong Form.

Ein Qi Gong, das seit seiner Entstehung immer wieder an die Bedürfnisse der Übenden angepasst wurde.

Dies ist die "moderne" Form, so wie sie zur Zeit in China unterrichtet wird. Einfach zu erlernen und zu merken und fühlt sich beim Üben richtig gut an.

Alle Übungen können gut an die individuellen Erfordernisse angepasst werden.

Dadurch wird der Körper beweglicher, die Gefühle und Organe (sprich das Qi) harmonisiert und der Geist ruhig, klar und konzentriert.

5 mal ca 2,5 Stunden – mit Erklärungen zu der Gesundheitswirkung, Meridiansystem, 5 Elemente- und Yin Yang Theorie

Beginn: Sonntag, 26.10.2024 14.30 Uhr

Ende: Donnerstag 31.10.2024 ca 17:00 Uhr

Die übrige Zeit ist zur freien Verfügung für Ausflüge, Spaziergänge, Lesen, Wellness oder was sich sonst spontan ergeben könnte.

Kursgebühr:

€ 175 für 5 Tage.

für Teilnehmerinnen der Hula Kurse gibt es auch die Möglichkeit 2 bzw. 3 Tage für € 100 zu buchen.

#### **Allgemeine Information:**

Anmeldungen nehme ich sofort entgegen. Die Vergabe der Kursplätze erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldung

- Es ist ein Zimmerkontingent im Hotel Attersee reserviert.
- **Die Buchung im Hotel Attersee** musst Du **bitte selbst durchführen**, gib dazu das **Codewort "Attersee, Qi Gong"** an.
- Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung
- Für die Teilnahme braucht es keine Vorkenntnisse
- Änderungen vorbehalten

### **Hinweis:**

Martina, meine Frau und für mich beste Hula Lehrerin, bietet von Samstag 26. bis Montag 28. einen hawaiianischen Hula Tanz Kurs für Einsteigerinnen an. Alle Informationen dazu findest Du unter **www.hula.martina.at** oder im Hula Info Blatt Die Kurszeiten sind so eingeteilt, dass Du genügend Zeit zur Erholung hast.

### **Kursanmeldung:**

Thomas Hudecsek, Mobil: +43 (0)677 624 125 00, info@taichi-schule.at

### **Bankverbindung:**

Ing. Hans Thomas Hudecsek Iban. FI83 7997 7992 0616 35 Bic. HOLVFIHH

PayPal: <https://paypal.me/Hudecsek>

### **Unterkunft und Verpflegung:**

Das Hotel Attersee liegt in Seewalchen am nördlichen Ende des Attersees mit direktem Blick auf den See. Alle Zimmer verfügen über einen Balkon und „eröffnen einen sagenhaften Rundblick auf den Attersee“.

[www.hotelattersee.com](http://www.hotelattersee.com)

### Kosten (Stand 2023, Änderungen vorbehalten)

Einzelzimmer: 95 € pro Person

Doppelzimmer Standard bei Alleinnutzung: 119,00 € pro Person

Doppelzimmer Standard bei 2 Personenbelegung: 89 € pro Person

Doppelzimmer Superior bei 2 Personenbelegung: 109 € pro Person

Preis für Doppelzimmer Superior bei Alleinnutzung auf Anfrage im Hotel jeweils inkl. reichhaltigem Frühstücksbuffet, jeweils zuzüglich Ortstaxe von 2,20 pro Person/Nacht.

Die Bezahlung erfolgt direkt im Hotel.

Stornobedingungen des Hotels: bis zu 3 Monate vor dem reservierten Termin entstehen keine Stornogebühren. Danach: bis 1 Monat vor Anreise 40%, bis 1 Woche 70%, danach 90%

### **Alle Zimmer mit Seeblick!**

Es ist ein Zimmerkontingent reserviert. **Bitte selbst buchen mit dem Codewort "Attersee, Qi Gong".**

### **Warum wir diesen Ort gewählt haben:**

Der Ausblick auf den See ist einfach grandios. Ich liebe die Weite und die Ausstrahlung dieses besonderen Ortes.

**Jedes** Zimmer hat wunderbaren Seeblick. (siehe Foto ganz oben 😊)

Die Seminarräume sind groß und man kann auch von dort den See sehen.

Und in der Freizeit kannst Du wunderbare Ausflüge in der Umgebung machen.



**Tai Chi & Qi Gong**

Du kannst das!