



Dao Yuan

Schule für Qigong

Informationskurse mit Edith Guba

MEDITATION UND QIGONG

Qi wahrnehmen und entwickeln: gibt es das überhaupt? - Mit solchen Fragen beschäftigen wir uns in den hier angebotenen Informationskursen. Edith Guba stellt verschiedene Qigongformen der Dao Yuan Schule vor, im praktischen Üben und auch in deren Theorie. – Fragen dazu werden sich bei den Teilnehmern erfahrungsgemäß schnell aus der Praxis ergeben. Die Kurse vor Ort können einzeln oder hintereinander besucht werden; sie bauen teils aufeinander auf, teils gibt es neue Übungen, neue Fragen. Den Abschluss der dreistündigen Kurse bildet jeweils eine geführte Sitzmeditation.

Diese Kurse eignen sich für Anfänger und Fortgeschrittene im Qigong. Sie stehen allen offen; Interesse ist die einzige Teilnahmebedingung. Die Übungen können zu Hause weiterpraktiziert werden.

Informationskurse sind im Jahr 2026 bisher für Hannover, Göttingen und Potsdam in Planung:

Hannover: 14. Februar, samstags von 14:00-17:00 Uhr. Kosten: 1x3Std. 50€. Ort: Shadil, Raum für Bewegung und Stille, Groß-Buchholzer Str. 30, 30655 Hannover, www.shadil-hannover.de/

Göttingen: 24. Januar, 21. Februar und 21. März, je samstags von 14:00-17:00 Uhr. Kosten: 1x3Std. 50€, 3x3Std. 120€. Ort: KAZ - Göttinger Kommunikations- und Aktionszentrum e.V., Bürgerstraße 15, 37073 Göttingen, www.kaz-goettingen.de

Potsdam: 25. Januar, 22. Februar und 22. März, je sonntags von 14:00-17:00 Uhr. Kosten: 1x3Std. 50€, 3x3Std. 120€. Ort: RZ - Rechenzentrum, Dortustraße 46, 14467 Potsdam, www.rz-potsdam.de - Hier geht es bei Interesse weiter am 19.04. und am 17.05.2026 !

Edith Guba hat die Dao Yuan Schule seit 1996 zusammen mit ihrem Lehrer, dem chinesischen Qigong-Großmeister Guo Bingsen gegründet und aufgebaut, seit zehn Jahren ist sie seine Nachfolgerin. Sie publiziert in Fachzeitschriften zu Themen des Qigong und der alten Chinesischen Philosophie und referiert auf Kongressen. Am liebsten unterrichtet sie und übt selbst täglich das, was sie lehrt: klassisches Qigong.

Infos und Anmeldung für alle genannten Kurse:

Dao Yuan – Schule für Qigong | Edith Guba | Herrenstr. 8 | 37444 St. Andreasberg
+49-174-967-6598 | <https://qigong-daoyuan.net> | e.guba@qigong-daoyuan.net