



Sheng Zhen - Seminar mit Karma Tsultim Namdak 03./04. Oktober 2020 in Berlin – Wilmersdorf

Liebe Sheng Zhen FreundInnen,
ich freue mich sehr, dass **Karma Tsultim Namdak** aus Hamburg auch in diesem Jahr wieder zu uns kommen möchte, dessen liebevolle, tiefe Praxis und Vermittlung des Sheng Zhen uns auf ganz besondere Weise anspricht.
So hoffen wir sehr, dass Anfang Oktober das Seminar stattfinden wird können.

Während des Wochenendes wird das **Heaven Nature Gong / Heaven Nature Heart Mantra** geübt und vertieft. Das Seminar wird durch vorbereitende und vertiefende Übungen sehr bereichert. Es ist von großem Vorteil, diese Form bereits vorher zu kennen.
Dann wirst du davon sehr profitieren und es wird dich in deiner Praxis unterstützen.

Die Übungen stärken die Muskeln und die Sehnen. Der Körper wird geschmeidiger. Die Meridiane werden geöffnet und das Qi, unsere Lebensenergie wird harmonisiert. Regelmäßig angewandt führen die Übungen durch eine energetische Stimulation des Körpers und ein friedvolles Erkunden der eigenen Mitte zu mehr innerer Ruhe, Zufriedenheit und Gelassenheit sowie zur allgemeinen Stärkung der Gesundheit.

Karma Tsultim Namdak ist im ehemaligen Königreich Sikkim, an der Grenze zu Tibet, geboren. Er wurde 18 Jahre lang in einem tibetisch - buddhistischen Kloster in buddhistischer Philosophie und Meditation unterwiesen. Seit 1993 lebt er in Deutschland. Im Jahr 2001 begegnete er Meister Li JunFeng, dem international bekannten Qi Gong Meister und Begründer des Sheng Zhen. Karma Tsultim Namdak ist einer der erfahrensten Sheng Zhen Lehrern weltweit und unterrichtet seit 2003 europaweit, vor allem in Deutschland, Frankreich, Österreich und Schweiz.
Siehe auch Karma Tsultims Namdaks Webseite: www.qigong-training.de

Zeit: Samstag, 03.10.2020 von 10 – 18 Uhr *
Sonntag, 04.10.2020 von 09.30 – 15.30 Uhr *
*mit Mittagspause

Neuer Ort: Ev. Vater-Unser-Gemeinde,
Gemeindesaal, 2. Stock, Detmolder Str. 17
(Ecke Blissestr.), 10715 Berlin

Verkehrsanbindung:
S+U Bahnhof Bundesplatz oder Heidelberger Platz,
Bus 101

Seminargebühr: 140 EUR

Anmeldung und Information:
Mirjam Kellig
Tel.: 030 – 91 68 98 85
Mobil: 0177 – 259 54 11
Mail: mirjamkellig@web.de

Wir freuen uns auf ein Wiedersehen bzw.
Kennenlernen.

Mit herzlichen Grüßen
Mirjam Kellig

