

# Tao Yoga meets Wudang Qigong

“Tanz des Kranichs“

Tao-Sommerretreat **02.-06. August 2019**

Haus “Ananda“ in Chorin, OT Golzow



In diesem Workshop folgen wir der Universellen Lebensenergie. Wir klären morgens unsere Organe mit den Übungen aus dem Heilenden Tao nach Großmeister Mantak Chia und dehnen uns in den wachen Tag. Am Vormittag tauchen wir in den Energiefluss des Kranichs ein, einem der Krafftiere des **Wudang Qigong**. Wir lassen uns von seiner Energie erheben und verbinden uns mit dem Himmel.

Nachmittags bleibt viel Zeit, den Bewegungen bei meditativen Wanderungen in der Umgebung nachzuspüren, zu philosophieren oder einfach nur Wu Wei, Handeln durch Nicht-Tun, zu üben. Abends tauchen wir nochmals in die Tiefe des Tao ab. Mit Mantra-Singen schwingen wir uns auf die Frequenzen von Harmonie und Einssein ein.

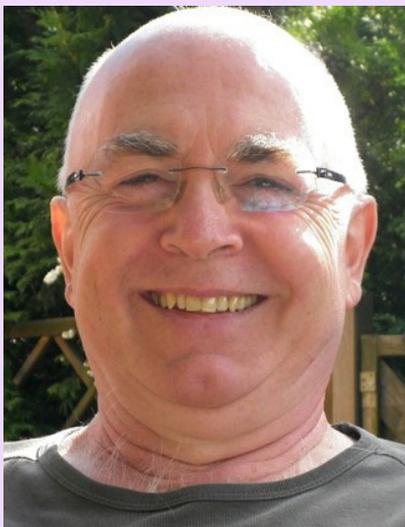
Genieße Kraft und Erholung an diesem besonderen Ort.

Das Haus “Ananda“ – deutsch: Glückseligkeit – ist ein liebevoll geführtes, spirituell offenes Seminarhaus und liegt ca. 40 Km nordwestlich von Berlin.

Wälder und Seen des umliegenden Biosphärenreservats Schorfheide-Chorin bieten Erholung pur, die Klosterruine Chorin ist ein bedeutendes Baudenkmal der norddeutschen Backsteingotik. [www.haus-ananda-brandenburg.de](http://www.haus-ananda-brandenburg.de)

## Leitung:

UHT Senior Instructor Gerhard Bächer  
[www.eastside- tao.de](http://www.eastside- tao.de)



UHT Certified Instructor Ralf Enchelmaier  
[www.tao-coaching.net](http://www.tao-coaching.net)



**Kosten:**

inkl. Seminarbeitrag, Übernachtung in 2-Bett-Zimmern, Ayurvedische Vollverpflegung,

Getränke: **490,- €**

**Frühbucher bis 28.2.2019 450,- €**

Einzelzimmer-Zuschlag, nur sofern es die Teilnehmerzahl zulässt: 18,- € pro Übernachtung.

Bettwäsche/Handtücher sollten mitgebracht werden, können aber gegen eine Gebühr von 8,- € ausgeliehen werden.

**Anmeldung:**

Gerhard Bächer, Kommandantenstr. 9-12, 12205 Berlin, Mail: [baecher@web.de](mailto:baecher@web.de);

Tel. 030-4255 203

Du erhältst eine Anmeldebestätigung mit der Kontoverbindung. Die Anmeldung ist erst mit Geldeingang auf dem Konto verbindlich.

**Ablauf:**

Freitag: Anreise ab Nachmittag  
18:00 Beginn mit dem gemeinsamen Abendessen  
19:30 Abendssession: Meditation, 6 Heilende Laute, Mantra-Singen.

Sa – Mo: 08:00 Morning exercises/ Qigong, Inneres Lächeln usw.  
09:00 Frühstück  
10:00 Wudang Qigong/5 Tiere  
13:00 Mittagessen  
Nachmittag freies Programm: Wandern, Baden, Chillen, Philosophieren in Garten, Wald und Feld; bei Bedarf Kuchen und Kaffee im Haus  
18:00 Abendessen  
19:30 Abendssession: Meditation, 6 Heilende Laute, **Mantra-Singen**  
Dienstag: wie oben bis einschließlich Mittagessen, danach Abreise.

Stornierungsregelung: Bis 6 Wochen vor Kursbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von 50,- € fällig, Ab 6 Wochen vor Beginn werden 50 %, ab 3 Wochen 80% und ab 2 Wochen vor Beginn der volle Preis einbehalten, wenn kein Ersatzteilnehmer gestellt wird.

