

Qigong Ausdruck-Conceptum 15

für Ehepaare



Qigong entfaltet seine besondere Wirkung, wenn zwei Menschen, ein Ehepaar, zusammen üben und dennoch ganz in ihrer eigenen Mitte bleiben.

Die Bewegungen folgen einem natürlichen Rhythmus und die Formen tragen beide – jeder für sich und doch miteinander.

Qigong lädt ein, die körpereigene Kraft aufzubauen und gleichzeitig die Beziehung zu sich und zueinander zu nähren. Ohne Berührung entsteht allein durch die geteilte Präsenz im Raum, eine stille Form der Verbundenheit.

Das gemeinsame Geniessen der aktiven Ruhe,
in seiner besonderen Art.

Das Trainieren und Verbinden von Yin und Yang – der weiblichen und männlichen Kraft – bedeutet, immer wieder die natürlichen, fließenden Abläufe im eigenen Körper zu regulieren, ohne sich zu verausgaben. Das ist höchster Respekt und Wertschätzung – sowohl seiner selbst als auch dem Partner gegenüber.

Das Qigong kann auf kraftvolle Weise mit dem Tai Ji Schwert ergänzt werden.

Das Üben des Schwerts lehrt uns die eigene Lebenskraft zu führen. So entwickelt das Ehepaar ein feines Gefühl für,

- das alltägliche Leben
- Respekt und bewusste Distanz
- sich klar auszudrückt, ohne zu verletzen
- Nähe zu zulassen, ohne sich zu verlieren

Somit entsteht ein ganzheitlicher Weg:

Qigong harmonisiert das Innere und das Schwert klärt das Äussere.

Die eigene Lebenskraft, innen wie aussen, führen zu können,
schafft eine Beziehung,
die weich und verbindend, aber auch
klar und strukturiert ist.

Kennenlern-Stunde: Mittwoch, 9. Sept, 2026, 19.30-21.00h, Kosten Fr. 40.-

Anmeldung unter 033 221 80 87, medtcm@anisan.ch

Unterrichtende: Frau S. Rutschmann, Dipl. TCM und Qi Gong Therapeutin
Meisterin der Lebenskraft

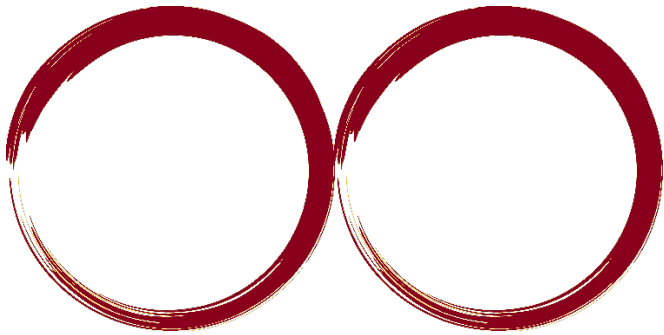
TCM-Praxis für Frau und Mann, Akupunktur- und Arzneitherapie

Anisan Thun AG - Praxis und Gesundheitszentrum

Frutigenstrasse 8, 3600 Thun, 033 221 80 87, www.anisan.ch

Qigong Ausdruck-Conceptum 15

für Ehepaare



Qigong entfaltet seine besondere Wirkung, wenn zwei Menschen, ein Ehepaar, zusammen üben und dennoch ganz in ihrer eigenen Mitte bleiben.

Die Bewegungen folgen einem natürlichen Rhythmus und die Formen tragen beide – jeder für sich und doch miteinander.

Qigong lädt ein, die körpereigene Kraft aufzubauen und gleichzeitig die Beziehung zu sich und zueinander zu nähren. Ohne Berührung entsteht allein durch die geteilte Präsenz im Raum, eine stille Form der Verbundenheit.

Das gemeinsame Geniessen der aktiven Ruhe,
in seiner besonderen Art.

Das Trainieren und Verbinden von Yin und Yang – der weiblichen und männlichen Kraft – bedeutet, immer wieder die natürlichen, fließenden Abläufe im eigenen Körper zu regulieren, ohne sich zu verausgaben. Das ist höchster Respekt und Wertschätzung – sowohl seiner selbst als auch dem Partner gegenüber.

Das Qigong kann auf kraftvolle Weise mit dem Tai Ji Schwert ergänzt werden.

Das Üben des Schwerts lehrt uns die eigene Lebenskraft zu führen. So entwickelt das Ehepaar ein feines Gefühl für,

- das alltägliche Leben
- Respekt und bewusste Distanz
- sich klar auszudrückt, ohne zu verletzen
- Nähe zu zulassen, ohne sich zu verlieren

Somit entsteht ein ganzheitlicher Weg:

Qigong harmonisiert das Innere und das Schwert klärt das Äussere.

Die eigene Lebenskraft, innen wie aussen, führen zu können,
schafft eine Beziehung,
die weich und verbindend, aber auch
klar und strukturiert ist.

Kennenlern-Stunde: Mittwoch, 9. Sept, 2026, 19.30-21.00h, Kosten Fr. 40.-

Anmeldung unter 033 221 80 87, medtcm@anisan.ch

Unterrichtende: Frau S. Rutschmann, Dipl. TCM und Qi Gong Therapeutin
Meisterin der Lebenskraft

TCM-Praxis für Frau und Mann, Akupunktur- und Arzneitherapie

Anisan Thun AG - Praxis und Gesundheitszentrum

Frutigenstrasse 8, 3600 Thun, 033 221 80 87, www.anisan.ch