

## Wochenendkurse

Wandle Muskeln und Sehnen und bewege das Qi – Wochenende in Putbus auf Rügen

17./18.05.2025

**Samstag** 10.00 – 17.00 Uhr  
(inkl. Mittagspause)  
**Sonntag** 09.00 – 16.00 Uhr  
(inkl. Mittagspause)

Kursleitung Anna Mietzner | Elke Allinger  
Ort Freimaurerloge Putbus,  
Circus 3, 18581  
Putbus auf Rügen

**Kosten** 180 Euro (160 Euro ermäßigt)

Bewege das Qi und verlängere das Leben #

11.01. und 15.03.2025

**Samstag** 10.00 – 17.00 Uhr  
Kursleitung Johanna David  
Ort MZR Kiefholzstr. 415 (Treptow)  
**Kosten** je 95 Euro (85 Euro)

**VORSCHAU: Sommer Special – Intensivkurs 28.07.-01.08.2025 #**

**Fünf Vormittage**  
Bewegte Übungen des Nei Yang Gong – „Bewege das Qi und verlängere das Leben“

**Mo – Fr** 09.00 – 13.00 Uhr  
Kursleitung Elke Allinger/Johanna David  
Ort Karate Dojo  
Reichenberger/Ohlauer Straße  
**Kosten** 280 Euro (250 Euro)

#

Eine solide Kenntnis der Form Wandle Muskeln und Sehnen wird vorausgesetzt.

## Fortlaufende Kurse

Qi Gong und Achtsamkeit

**Dienstag** 13.30 – 15.00 Uhr  
21.01. – 01.04.2025  
(nicht am 04.02.)  
Kursleitung Beate Müller  
Ort Shou Zhong/Belziger Straße

Wandle Muskeln und Sehnen und bewege das Qi

**Montag** 18.00 – 19.30 Uhr  
27.01. – 07.04.2025  
(nicht am 03.03.)  
Übung 1 – 6  
Kursleitung Elke Allinger  
Ort Shou Zhong/Belziger Straße

**Mittwoch** 19.10 – 20.40 Uhr  
22.01. – 02.04.2025  
(nicht am 26.02.)  
Übung 1 – 6  
Kursleitung Inga Bergmann  
Ort Shou Zhong/Belziger Straße

**Mittwoch** 17.30 – 19.00 Uhr  
29.01. – 02.04.2025  
Kursleitung Elke Allinger  
Ort Shou Zhong/Belziger Straße

**Kosten** 175 Euro (155 Euro)  
jeweils für 10 Termine

**Anmeldung und Bezahlung**  
beim Nei Yang Gong Zentrum Berlin

Gesundheitskurse in Zusammenarbeit mit dem Seminarzentrum für Prävention und Integrative Medizin e. V.

Qi Gong bei chronischem Erschöpfungssyndrom – Basis-Kurs\*

**Donnerstag** 16.15 – 17.00 Uhr  
23.01. – 03.04.2025  
(nicht am 06.02.)

ärztliche Beratung  
Kursleitung Dr. Anna Mietzner  
Ort Beate Müller/Anna Mietzner online

**Kosten** 100 Euro  
für 10 Termine

**\*Anmeldung, weitere Informationen und Bezahlung**

Tel 030/4 50 52 90 83  
www.seminarzentrum-integrative-medizin.de/qi-gong

Qi Gong bei chronischem Erschöpfungssyndrom – Aufbaukurs

**Donnerstag** 17.30 – 18.30 Uhr  
23.01. – 03.04.2025  
(nicht am 06.02.)

ärztliche Beratung  
Kursleitung Dr. Anna Mietzner  
Ort Beate Müller/Anna Mietzner online

**Kosten** 125 Euro (erm. 100 Euro)  
für 10 Termine

**Anmeldung und Bezahlung**  
beim Nei Yang Gong Zentrum Berlin

内  
養  
功

## Zehnerkartensystem

Mit der Zehnerkarte können Sie flexibel an den fortlaufenden Kursen (Mo-Fr) teilnehmen. Dies gilt allerdings nur für Qi Gong Übende, die alle 12 Übungen der Form „Wandle Muskeln und Sehnen und bewege das Qi“ kennen.

**Kosten** 220 Euro (200)  
gültig für 12 Monate

## Kursanmeldung

Für die Kurse NYG Zentrum:  
info@nei-yang-gong.de  
www.nei-yang-gong.de

Ihre Anmeldung wird mit Überweisung der Kursgebühr bis 10 Tage vor Kursbeginn auf folgendes Konto verbindlich:

Dr. Anna Mietzner  
Dt. APO-Bank Berlin  
IBAN DE37 3006 0601 0701 9429 99  
BIC DAAEDEDXXX

Bei einer Absage unter einer Woche vor Kursbeginn behalten wir uns eine Stornogebühr von 50 % vor.

**Alle außer Zehner-Kursen bitte erst nach persönlicher Kursbestätigung der Kursleitung überweisen.**

## Veranstaltungsorte

### Fortlaufende Kurse:

#### Shou Zhong

Schule für Traditionelle Chinesische Medizin – Ausbildungszentrum Ost für Klassische Akupunktur und Traditionelle Chinesische Medizin e.V.  
Belziger Str. 69/71  
10823 Berlin



### andere Kursorte:

#### Mehrzweckraum

Kieffholzstraße 415  
12435 Berlin-Treptow

#### Shin Gi Tai Karate Dojo

Reichenberger Str. 124, 2. Hof,  
Ohlauer Str. 5, 1. Hof – Haus D  
10999 Berlin

## Programm

## Nei Yang Gong Zentrum | Berlin

Januar bis April 2025

