

# Singen & Qi Gong

Stimme – Klang – Qi Gong

**Donnerstag Abend 03. Juni - Sonntag 06. Juni 2021**

In mitten schöner und unberührter Natur entspannen wir mit Singen, Qi Gong und tanken neue Energie. Mit Qi Gong beginnen wir den Tag, danach wärmen wir unsere Stimme auf und erweitern unseren Ausdruck. Durch die sanften Qi Gong Übungen werden wir in unseren Rhythmus geführt und erfahren den vertieften Atem.

**Gönn dir eine Auszeit mit dieser wunderbaren Kombination**

### **Vorkenntnisse:**

dieses Seminar richtet sich auch an Interessierte ohne Qi Gong oder Gesang Vorkenntnisse. Es besteht die Möglichkeit auch nur bei der Stimme-Singen Lektionen oder Qi Gong-Klang Lektionen teilzunehmen



Durch das Seminar führt Sie Birgit Hauser (Stimme) & Astrid Brantschen Schluep (Klang & Qi Gong). Beide Kursleiterinnen sind erfahrene Kompetenzen auf ihrem Gebiet. Wir freuen uns auf klang- und energievollere Tage.

### **Kursort / Allgäu DE**



Ingrid & Axel Hüttenrauch geben ihr Bestes und ermöglichen damit Erholung und Genuss pur für unsere Auszeit in ihrem Naturpark- & Biohotel.

[www.landhaus-kennerknecht.de](http://www.landhaus-kennerknecht.de)

### Kursdatum:

Donnerstag Abend 03. Juni – Sonntag 06. Juni 2021



### Übernachungskosten für's ganze Wochenende:

Einzelzimmer & Halbpension: 265 Euro

Doppelzimmer & Halbpension: 220 – 240 Euro

Oberstufen Plus-Karte

### Seminarkosten:

CHF 550 beinhaltet alle Qi Gong- & Gesangstunden

CHF 440 bei Teilnahme nur Gesang oder Qi Gong / Klang



Wir üben in diesem schönen Seminarraum und in der Natur.

### Anreise:

Landhaus Kennerknecht

Im Wurzach 1

87534 Oberstufen

### Anmeldeschluss & Anmeldung:

Ende Februar 2021

Anmeldung und weiter Infos:

Astrid: [www.artofbalance.ch](http://www.artofbalance.ch)

Birgit: [www.birgithauser.ch](http://www.birgithauser.ch)

## Programm:

### Donnerstag

Anreise individuell

**18:30** Abendessen

Anschliessend Einstimmung (ca 20.00)

### Freitag

**8:30 - 9:00** Qi Gong

**9:00** Frühstück

**10:30 - 11:30** Singen - Stimme

**12:00** Zmittag

**15:30 - 16:30** Qi Gong

**16:45 - 17:45** Singen

**18:30** Znacht

**20:00 - ca. 21:00** Stimme - Klang - Qi Gong

### Samstag

**8:30 - 9:00** Qi Gong

**9:00** Frühstück

**10:30 - 11:30** Singen - Stimme

**12:00** Zmittag

Nachmittag zur freien Verfügung

**18:30** Znacht

**20:00 - ca. 21:00** Stimme - Klang - Qi Gong

### Sonntag

**7:45 - 8:15** Optional: Meditation & Klang

**8:15 - 9:00** Qi Gong

**9:00** Frühstück

**10:30** Singen & Verabschiedung

**11.30** Abreise