

## Shi Xinggui

### Vita

**1974** in der nordchinesischen Provinz Henan geboren

**1982 - 1987** Aufnahme in das 500 Km entfernte weltberühmte Shaolin-Kloster; Studium der Kampfkünste und Qi Gong (Meister Shi De Shin) sowie Kung Fu, Qi Gong und Selbstverteidigung (Meister Shi De Wen und Shi De Dzuan)

**1985** Gewinn einer Kung Fu Meisterschaft in der Provinz Henan

**1986** Großes Initiationsritual (Meister Shi De Su - 30. Generation der Shaolin-Mönche); Verleihung des buddhistischen Namens Shi Xinggui ("Ich gehe zu Buddha")

**1988 - 1991** Studium der Kampfkünste, Buddhismus und Chan-Meditation (Meister Shi De Su) sowie Buddhismus, Chan-Meditation, Kung Fu, Qi Gong und 18 verschiedene Waffenformen in den originalen Shaolin-Stilen (Meister Shi Xu Xi und Shi Su Yu)

**1988** Gewinn des Staatsmeistertitels im Kung Fu-Kampfstil in Shaolin (70 kg-Klasse).

**1989** Shaolin-Meisterbrief (Meister Shi De Yuan)

**1991** Ausbildung in der Shaolin Kung Fu-Kampfkunst San Shuo (Meister Su De Sun); Fortbildungen in Kampfsport, Kung Fu, Selbstverteidigung und Qi Gong (Meister Su De Sun, Shi De Yuan und Shi De Ding)

**1993 und 1994** Meistertitel bei den großen Meisterschaften für In- und Ausländer in Zheng Zhou

**1993** Studium von Taiji Chuan, Taiji Schwert und Tui Shou/Pushing Hands (Meister Zhang Shang Li, Beijing)

**1994** Teilnahme an Taiji Chuan-Vorführungen bei der Weltmeisterschaft in Beijing

**1995 - 1997** Teilnahme an den großen Shaolin-Tourneen in Europa und Japan

**seit November 1997** wohnhaft in Goldegg/Österreich; Durchführung von Seminaren und Ausbildungen (Qi Gong, Chan Meditation, Taiji Chuan, Kung Fu, Selbstverteidigung u. a.) im In- und Ausland; Training von Spitzensportlern; Personal Training/Coaching; Firmentrainings

## Anmeldung & Information

### Veranstalter



**Institut für berufliche Bildung,  
Gesundheit und Soziales  
Gottfried Eckert**

In der Schleth 7

D-56567 Neuwied

Fon: +49 (0)2631 405535

Fon: +49 (0)700 44223311\*

Fax: +49 (0)700 44223311\*

Email: [info@mein-shaolin-qigong.de](mailto:info@mein-shaolin-qigong.de)

Internet: [www.mein-shaolin-qigong.de](http://www.mein-shaolin-qigong.de)

\*Gebühren je Minute für Anrufer aus dem Festnetz der DTAG: € 0,124 (Hauptzeit Mo-Fr 9-18 Uhr), € 0,062 (Nebenzeit Mo-Fr 18-9 Uhr, Sa u. So, bundeseinheitliche Feiertage). Gebühren für Gespräche aus einem Mobilfunknetz sind abhängig vom jeweiligen Anbieter.

### in Zusammenarbeit mit:

Shaolin QiGong-Aktivstützpunkt Sylt  
Sabine Möller

Am Grenzkrug 12a, D-25980 Sylt

Fon: + 49 (0)4651 927226

Email: [sylt2002@web.de](mailto:sylt2002@web.de)

Internet: [www.qigong-auf-sylt.de](http://www.qigong-auf-sylt.de)

### Veranstaltungsort

Gymnasium Sylt (Sporthalle)

Tonderner Straße 12

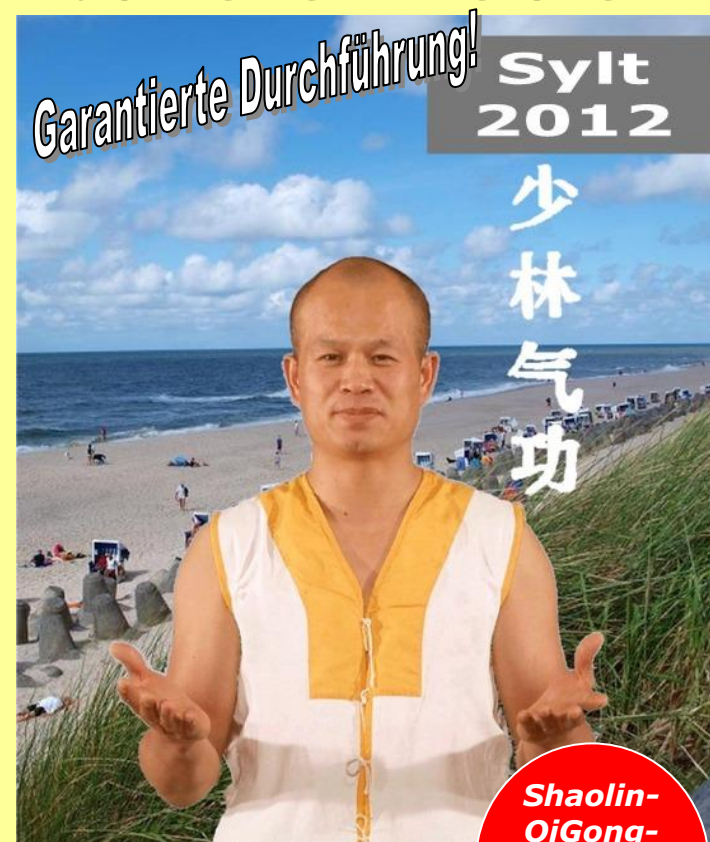
D-25980 Sylt (OT: Westerland)

### Impressum:

IBGS.Gottfried Eckert | In der Schleth 7, D-56567 Neuwied  
Fon: + 49 (0)700 44223311 | Email: [mail@academy360.de](mailto:mail@academy360.de)  
Sitz des Instituts: Neuwied | Leiter: Gottfried Eckert  
Umsatzsteuer-ID: DE243977788

## Impuls-Veranstaltung

# Shaolin QiGong & Chan Meditation - Das Leben meistern



**Zweitägiges Seminar  
für Einsteiger & Fortgeschrittene**

**mit Shaolin-Meister**

# Shi Xinggui

[www.mein-shaolin-qigong.de](http://www.mein-shaolin-qigong.de)

# Impuls-Seminar Shaolin QiGong & Chan-Meditation

## Veranstaltungstermin

Sa, 16.06.2012 – So, 17.06.2012

**Wichtiger Hinweis: Die Veranstaltung findet zur Hauptreisezeit statt. Insofern ist eine frühzeitige Seminaranmeldung und Unterkunfts-  
buchung erforderlich! Garantierte Durchführung.**



## Seminarinformationen – Auf einen Blick

- **Seminarziele**  
Intensive Eigenerfahrung und persönliche Entwicklung; selbständiges Praktizieren der vermittelten Shaolin QiGong-Übungen und Techniken
- **Teilnahmevoraussetzungen**  
keine zwingenden Teilnahmevoraussetzungen; für Einsteiger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.
- **Veranstaltungsdauer**  
2 Tage (min. 12 Unterrichtseinheiten à 45 min.)
- **Tägliche Veranstaltungszeiten**  
**Sa** 10:00 – 13:00 Uhr + 15:00 – ca. 18:00 Uhr  
**So** 09:00 – 12:00 Uhr + 14:00 – ca. 17:00 Uhr  
Änderungen vorbehalten.
- **Leistungspaket**  
Training, Teilnahmebescheinigung
- **Abschluss**  
Original-Teilnahmebescheinigung „Shaolin QiGong & Chan-Meditation“
- **Teilnehmerzahl**  
min. 20
- **Bitte mitbringen**  
bequeme Kleidung; flache Schuhe mit heller Sohle/Socken; Kissen/Sitzpolster; Decke
- **Teilnahmegebühr**  
Endpreis: € 320,00 (€ 268,91 zzgl. 19% MWST. = € 51,09)
- **Seminarleiter**  
Shaolin-Meister Shi Xinggui
- **Sprache**  
Deutsch

## Media-Empfehlungen

### Shaolin QiGong: Energie in Bewegung

Shi Xinggui  
Koha Verlag, gebundene Ausgabe, 125 Seiten  
ISBN: 978-3867280235

### Shaolin Qi Gong. CD: Energie in Bewegung

Sayama, Shi Xinggui  
Koha Verlag, Audio CD  
ISBN: 978-3867280242

### The Healing Power of Sutra Chanting. CD

Sayama, Shi Xinggui  
Koha Verlag, Audio CD  
ISBN: 978-3867280334

### Shaolin QiGong mit Meister Shi Xinggui.

#### Die Weisheit des inneren Buddha. DVD

Shi Xinggui, Hannes Rauchberger  
AlphaVillePro Medfilm  
ASIN: B005FH3X4I

少林氣功

## Programm

- Shaolin-Strategien
- Einfache Übungen zur Aktivierung der Lebensenergie, zur energetischen Entspannung und Beruhigung und zur Förderung von Konzentration, Balance und Kraft
- Sanfte Übungen zur Körperwahrnehmung und zur Regulierung des Energieflusses sowie zur Entwicklung von Bewegungsfreude, Achtsamkeit und Geschmeidigkeit
- Verschiedene Shaolin-Techniken zur bewussten Atmung und zur Initialisierung und Lenkung des Energieflusses
- Ausgewählte Shaolin QiGong-Übungsfolge für Körper, Geist und Seele zur sanften, effektiven nachhaltigen Transformation
- Meditative Praxis des Sitzens in der Stille
- Gesundheitspraktische Selbstmassagetechniken zur Entspannung und Gesunderhaltung
- Kampfkunstvorführungen

**Gebührenfreies Shaolin QiGong-Training am Freitag, 15.06.2012 von 18:00 bis 19:30 Uhr**