

Anmeldung bis zum 1. Juli 2026

bei Kerstin Dobbeling (Sekretariat) kerstin.dobbeling@hb3.nordkirche.de

Hauptbereich Gottesdienst und Gemeinde Königstraße 54 22767 Hamburg

Tel.: 0151 - 590 167 48

**Anfragen und Informationen:** 

Seminarleitung:

Hans Martin Lorentzen, Qi Gong-Lehrer aus Lübeck www.hanslorentzen.de "Mehr als alles hüte dein Herz, denn von ihm geht das Leben aus"

(Spr. 4,23)



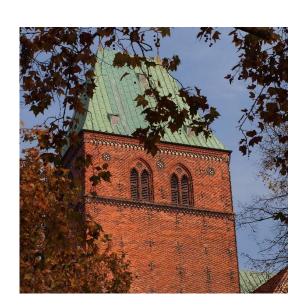
Herz Qi Gong-Wochenende

21. - 23. August 2026 im Domkloster Ratzeburg

Qi Gong im Freien stärkt Herzenskraft, Beweglichkeit und Körperbewusstsein.

Der natürliche Atem und die Lebenskraft kommen in Fluss. Aktivierung des Herz-Kreislaufund des Immunsystems. Die Bewegungen wirken positiv auf das Gemüt und sind beruhigend und belebend zugleich.

Morgen- und Abendmeditation mit Sitzen in Stille, Austausch im Gespräch, kurze Vorträge.





Für Anfänger und Fortgeschrittene. Qi Gong ist Lebenspflege für jedes Alter.

Bitte bringen Sie bequeme und warme Kleidung für drinnen und draußen mit.

Zu jeder Jahreszeit üben wir einen Teil der Qi Gong-Zeiten im Garten.

Diese Kurse sind zertifiziert von den Krankenkassen und können bezuschusst werden. Beginn:

Freitag, 21.8.2026, 15.00 Uhr mit dem Kaffeetrinken

Ende: Sonntag, 23.8.2026, 13.00 Uhr mit dem Mittagessen



Beitrag: ca. 389,- € inkl. Übernachtung, EZ im Domkloster, Vollverpflegung mit 4 Mahlzeiten am Tag, Seminarbeitrag

Bei Stornierung ab 7 Wochen vor dem Termin berechnet das Domkloster eine gestaffelte Stornogebühr. Die genauen Beträge erhalten Sie mit der Buchungsbestätigung!