

Kraft- und Besinnungswochenende

31.10. – 2.11. 2025

Akademie der Kulturellen Bildung, Remscheid

Ein sinnliches Wochenende zum Genießen und Kraft Tanken

Tao integral - ein Wochenende ganz für Dich!



Mit vielfältigem Qigong und Chan-Mi-Gong entdecken wir über den Körper die Qualitäten der Fünf Elemente (TCM) und bringen sie zu einem harmonischen Zusammenspiel.

Wir speisen das so aktivierte und ausbalancierte Qi aller Meridiane in den Großen Energiekreislauf ein, so dass wir anschließend wieder in Leichtigkeit durch den Fluss des Lebens weiterreisen können.

Wir werden in der Akademie der Kulturellen Bildung in Remscheid eine besinnliche und stärkende Auszeit mit folgenden genussvollen Beschäftigungen verbringen:

- ♥ Qigong und andere Bewegungs- und Körperarbeit nach den Bedürfnissen der angemeldeten Teilnehmer*innen
- ♥ Massage zu zweit und für sich selbst
- ♥ Meditation an der Wupper
- ♥ Freies Malen, wer möchte
- ♥ Singen, Trommeln und Tanzen, um alle Erfahrungen und Erkenntnisse zu integrieren
- ♥ Einordnung des Gelernten sowohl in den Großen Energiekreislauf als auch in die Fünf-Elemente-Lehre der TCM und das schamanische Medizinrad

Wir nutzen sowohl den schönen Tagungsraum der Akademie für kulturelle Bildung als auch die traumhafte Umgebung (Wald, Wiese, Wupper).

Ein Wochenende zum Genießen, Sich-bewusster-Werden und erholsamen Abtauchen in Deinen Lebensfluss!

Seminarleitung: Sabine Wolfrum

Ich bin als Sozialpädagogin, Taiji-, Qigong- und Hormonyoga-Lehrerin sowie TAO Trainerin und Heilpraktikerin seit Jahrzehnten mit Einzel- und Gruppenarbeit im Bereich Körper-, Energie- und seelenzentrierter Heilarbeit betraut. Seit 2016 beschäftige ich mich intensiv mit der schamanischen Heilarbeit.

Tao integral ist die Verbindung von Qigong/ der Fünf-Elemente-Lehre der TCM mit dem schamanischen Medizinrad. Gesundheitsfördernde Energiearbeit eingebunden in tiefe bodenständige Spiritualität.

Organisation:

Datum: 31.10.-2.11.2025

Dauer: Freitag 18.00 Uhr mit dem Abendessen, Ende Sonntag, 13.00 Uhr mit dem Mittagessen

Ort: Akademie der Kulturellen Bildung, Küppelstein 34, 42857 Remscheid

Kosten: Honorar 300,- €

Unterkunft, VP, Raumanteil je nach Zimmerkategorie gesamt: ca. 135,- € pro Person

Die Reservierung von Einzelzimmern kann nicht garantiert werden, ist aber wahrscheinlich. Die Verpflegung in der Akademie ist mittags wahlweise vegetarisch, morgens und abends gibt es ein reichliches Buffet. Bettwäsche und Handtücher sind vorhanden.

Für nähere Informationen schau bitte auf meine Homepage www.sabine-wolfrum.de.

Anmeldung: Bitte melde Dich verbindlich schriftlich **bis Ende Juni** an, gern per Mail an sabine@taiji-wolfrum.de

Dein Platz ist gesichert, sobald Du mir 100,- € Anzahlung auf das Konto bei der comdirect Bank mit der **IBAN DE04 2004 1111 0481 1709 00** überwiesen hast (Kontoinhaber: Peter Wolfrum). Den Rest des **Honorars** zahle bitte bis spätestens 15. August 2025 ebenfalls auf das o.g. Konto ein.

Die Kosten für **Unterkunft und Verpflegung** zahle bitte ebenfalls bis zum 15. August auf folgendes Konto bei der norisbank: **IBAN DE28 1007 7777 0125 9373 00** (Kontoinhaber: Peter Wolfrum).

Solltest Du von Deiner Anmeldung zurücktreten, verbleiben 50,-€ Bearbeitungsgebühr bei mir und ggf. entstehen Ausfallkosten gegenüber der Akademie der Kulturellen Bildung.

Mitbringen: Bitte packe bewegungsfreundliche Kleidung für drinnen und draußen, ein Sitzkissen mit passender Plastiktüte, ggf. Sonnenschutz sowie – falls vorhanden – Deine Trommel oder ein anderes Musikinstrument sowie Schreib- u. Malzeug ein! Festes Schuhwerk und eine warme Jacke für den Abend sind empfehlenswert!

Falls Du Fragen hast, ruf mich gerne an unter 02171 / 50 15 888

Ich freue mich auf Dich !



Sabine Wolfrum