

## *Zhineng Qigong - Entdecke das innere Lächeln in Dir*



Aufgewachsen im schönen Pfälzer Wald hat es mich nach meinem Abitur zum Studium nach Bayern verschlagen. Nach meinem Abschluss im Bereich Sozialpädagogik mit Schwerpunkt Rehabilitation und diversen Praktika bin ich schließlich im hohen Norden "gestrandet" und lebe mittlerweile seit mehr als 30 Jahren in Hamburg.

Ich bin verheiratet und habe drei erwachsene Kinder.

Neben meiner beruflichen Tätigkeit im Bereich der Sozialpädagogik, sowohl in einer anthroposophischen Lebens – und Arbeitsgemeinschaft, als auch in leitender Funktion in einer ambulanten Pflegeeinrichtung und als vom Gericht bestellte rechtliche Betreuerin, interessiere ich mich seit vielen Jahren für Energiearbeit und östliche Entspannungstechniken.

Immer interessiert und offen für Neues habe ich mich bereits 2001 zur Reiki Lehrerin und Begradigungstherapeutin ausbilden lassen.

Ich bin auch Absolventin der Prana-Lehrgänge I, II und Kristall nach Grandmaster Choa Kok Sui.

Von Gabriela Leppelt-Remmel wurde ich zur Lachyogatrainerin ausgebildet.

Berufsbegleitend habe ich außerdem eine Ausbildung zur Wellness – und Vitaltrainerin abgeschlossen.

Nachdem ich ca. 13 Jahre Kundalini Yoga praktiziert habe, bin schließlich im Jahr 2000 bei Qigong und Tai Chi angekommen.

Begeistert von den vielfältigen Möglichkeiten des Qigong habe ich viele Kurse bei unterschiedlichen Lehrern besucht; bald folgte die Fortbildung im Fliegenden Kranich bei Ulla Fels und Asta Eichhorst.

Immer mehr vom „Qigong Fieber“ infiziert und auf der Suche nach einer Ausbildung zur Qigonglehrerin bin ich „zufällig“ auf die Ausbildung zur Zhineng Qigong Lehrerin der Paracelsus Heilpraktiker Schule in Hamburg gestoßen. Hier habe ich, bei Maria Heither, die Ausbildung in Level 1 und Level 2 abgeschlossen.

Das tiefe Eintauchen in die Theorie und Praxis des Zhineng Qigong hat mein Leben zutiefst verändert und bereichert; das damit einhergehende tägliche Praktizieren ist ein wichtiger Bestandteil meines Lebens und fest in meinen Tagesablauf integriert.

Meine Begeisterung und langjährige Erfahrung gebe ich in verschiedenen Kursen in Hamburg an ebenso begeisterte Teilnehmer weiter.

Neben traditionellen Kursangeboten unterrichte ich u.a. auch im Rahmen der Inklusion Gruppen mit behinderten und nichtbehinderten Menschen, sowie Senioren.

Zhineng Qigong Wochenendseminare, über die Grenze Hamburgs hinaus, sind in Planung.

Hun Yuan Ling Tong,

Eure Birgit

---

*Birgit Jaeger*

*040 – 41 48 0275 oder 0176 – 48 22 8979*

*jaegerbirgit@gmx.de*