BEITRÄGE

MÄR 27
19. – 21.03.
HERZ QI GONG-WOCHENENDE
BEITRAG: 360 € DZ/VP

NOV 27
12. – 14.11.
HERZ QI GONG-WOCHENENDE
BEITRAG: 360 € DZ/VP

Im Seminarbeitrag sind das Seminarprogramm inkl. Vollverpflegung (selbstverständlich auch vegetarisch) und Unterbringung im Zweibett- oder Einbettzimmer mit Dusche/WC enthalten. Einzelzimmer: Zuschlag 25 €/Nacht.

Der Gesundheitsort Bad Bevensen erhebt einen Kurbeitrag von 3,50 € pro Person und Nacht.

20 % Ermäßigung für Arbeitslose, Schüler*innen, Auszubildende und Studierende. Ein entsprechender Nachweis ist der Anmeldung beizulegen.

Eine nachträgliche Reduzierung ist nicht möglich.
Über unsere AGB informieren Sie sich bitte auf unserer Internetseite: www.gsi-bevensen.de

ANMELDUNG

Bitte melden Sie sich schriftlich über unsere Website **www.gsi-bevensen.de** an.

Hier können Sie unter **„Sonstige Anmerkungen“** auch etwaige Bedürfnisse angeben, z. B. Lebensmittelallergien.

Beachten Sie die Fristen und Kosten im Falle einer Absage.

Unser Haus können Sie auch für eigene Veranstaltungen buchen. Wenden Sie sich gerne an unseren Gasttagungsbereich:
E-Mail: info@gsi-bevensen.de
Telefon: 05821 955-116

DAS GUSTAV STRESEMANN INSTITUT

Das Gustav Stresemann Institut Niedersachsen e.V. ist eine private, überkonfessionelle, überparteiliche und nach dem niedersächsischen Erwachsenenbildungsgesetz anerkannte Heimvolkshochschule, die unter anderem von Bundes- und Landesstellen gefördert wird.



SO FINDEN SIE UNS!

Bad Bevensen liegt an der B4 zwischen Lüneburg und Uelzen und ist Bahn-Station auf der Strecke Hamburg – Hannover.
Unser Bildungs- und Tagungshaus liegt im Ortsteil Medingen unmittelbar vor dem Kloster am Ufer der Ilmenau.
Fußweg vom Bahnhof: 20 Minuten,
Taxi über Telefon (058 21) 30 12 bzw. 1010
In unmittelbarer Nähe befindet sich außerdem die Bushaltestelle „Vier Linden“ in Medingen (hvv)

Gustav Stresemann Institut in Niedersachsen e.V.
Europäisches Bildungs- und Tagungshaus Bad Bevensen
Klosterweg 4 | 29549 Bad Bevensen
Tel.: (0 58 21) 9 55-0 | Fax: (0 58 21) 9 55-29 9
info@gsi-bevensen.de | www.gsi-bevensen.de

Qualitätszertifiziert nach LQW (Lernerorientierte Qualität in der Weiterbildung | Mitglied im Niedersächsischen Landesverband der Heimvolkshochschulen e.V.)

gsi niedersachsen

Lernen.
Begegnen.
Zukunft.


Foto: Hans Martin Lorentzen

19. – 21. MÄRZ 2027
12. – 14. NOVEMBER 2027

HERZ QI GONG-WOCHENENDE

GESUNDES LEBEN

19. – 21. MÄRZ 2027
12. – 14. NOVEMBER 2027

Herz Qi Gong-Wochenende

„Jeder Fluss hat eine Quelle, jeder Baum hat eine Wurzel.“

Qi Gong stärkt die Herzenskraft, Haltung, Beweglichkeit und Körperbewusstsein. Der natürliche Atem und die Lebenskraft kommen in Fluss.
Herz Qi Gong ist eine Form aus 8 Bewegungen zur Aktivierung des Herz-Kreislauf- und des Immunsystems. Der Blutdruck kann sich regulieren. Die Bewegungen wirken positiv auf das Gemüt und sind beruhigend und belebend zugleich.
Morgen- und Abendmeditation in Stille, Austausch im Gespräch und kurze Vorträge ergänzen das Seminar.

Das Seminar beginnt **um 14.30 Uhr** mit einem gemeinsamen Nachmittagskaffee und endet **um 12.30 Uhr**, anschließend gibt es ein gemeinsames Mittagsessen.

Hier geht’s direkt zur Seminarseite und zur Anmeldung:

19. – 21. MÄRZ 2027

12. – 14. NOVEMBER 2027

Weitere Seminare aus dem Bereich "Gesundes Leben" z. B. Fasten, Yoga, Feldenkrais, Gesundheit nach Kneipp finden Sie auf **www.gsi-bevensen.de**

DAS GSI - EIN IDEALER ORT ZUM ENSPANNEN UND AUFTANKEN!

Unser historisches Gebäudeensemble liegt direkt am Waldrand und dem Ufer der Ilmenau, in unmittelbarer Nachbarschaft des Klosters Medingen.
Die Natur lädt zu Jogging- oder Walkingrunden ein – mit etwas Glück entdecken Sie sogar einen Eisvogel am Flussufer! Bei schönem Wetter nutzen Seminargruppen das parkähnliche Außengelände zum Arbeiten, Spielen und Kraftschöpfen.
Die grüne, abgeschiedene Lage des GSI schafft Abstand vom Alltag und fördert Konzentration und Gruppengefühl – ganz im Sinne von „Lernen und Leben unter einem Dach“.

Wenn Sie Ihren Aufenthalt mit touristischen Aktivitäten verbinden möchten, bietet die Umgebung einiges: Bad Bevensen begeistert mit historischer Architektur und Thermalbad, die Region mit Rad- und Wanderwegen. Viele Teilnehmende nutzen die Gelegenheit für einen Ausflug in die Hansestadt Lüneburg.



Blick ins GSI Niedersachsen

DOZENT:



Hans Martin Lorentzen

Qi Gong- & Tai Chi-Lehrer,
Lübeck Feng Shui-Berater,
Dipl.-Ing. Architektur

PÄDAGOGISCHE MITARBEITERIN:



Marion Junker

Kulturwissenschaftlerin (M.A.)
Schwerpunkte: Kindertagesstätten, Gesundheit, Selbsthilfe/Ehrenamt, Ökologie
Tel.: +49 (0)5821 955-115
E-Mail: marion.junker@gsi-bevensen.de

BITTE MITBRINGEN:

Bequeme Kleidung für drinnen & draußen und Schuhe mit flacher Sohle. Wir üben Qi Gong auch draußen unter freiem Himmel mit den Füßen auf der Erde. Bitte sorgen Sie für warme Kleidung: Jacke, Mütze, Schal, Handschuhe, lange Unterwäsche, warme Socken in festen Schuhen sind zu empfehlen.

Die Kurse sind von den Krankenkassen zertifiziert und können bezuschusst werden.