



SHAOLINTAGE IM CAMPINGPARK GITZENWEILER HOF *****

01. – 10. JUNI 2018 – SHAOLIN-GROßMEISTER IN LINDAU/ BODENSEE

Bereits zum zweiten Mal kommt Großmeister Zheng aus dem Jahrhunderte alten Shaolin-Kloster in Henan/China mit einem seiner Schüler an den Gitzenweiler Hof. Über viele Generationen werden in diesem Shaolin-Kloster die traditionellen Lehren des ZEN-Buddhismus, Tai-Chi, Qigong, Kungfu und TCM vermittelt.

Ebenfalls traditionell im orangen Gewand wird Meister Shi Yan Lu (= Herr Lu YUAN) aus der Kung Fu Stadt Shaolin im Campingpark dabei sein. Heute lebt er in Schorndorf bei Stuttgart. Er gründete hier das Shaolin Zentrum und lehrt traditionelles Shaolin Kung Fu, Meditation und ZEN-Buddhismus. Bereits als Kind im chinesischen Kloster ausgebildet, beeindruckte er mit den Mönchen auf mehreren Welttourneen. Er spricht fließend Deutsch und lebt dafür, die Kultur des Shaolin Kung Fu ganzheitlich zu vermitteln.

Dieses Jahr bieten die Meister am GITZ ganz unterschiedliche Shaolin-Tageskurse an. Jeder Morgen startet mit einer gemeinsamen Meditation, danach geht es in Seminargruppen in die Vertiefung. Mittags wird gemeinsam mit den Shaolin traditionell gekocht und gegessen. Hier kann man ganz persönliche Momente mit den Meistern erleben und vieles lernen.

Dieses unvergessliche Erlebnis ist direkt über den Campingpark Gitzenweiler Hof buchbar. Der Preis pro Tag inkl. Mittagessen beträgt 169,00 €

Wer dieses Erlebnis mit einem Urlaub in der Vierländerregion am Bodensee verbringen möchte, kann optional einen Stellplatz oder eine Mietunterkunft dazu buchen.

Zur Auswahl stehen folgende Seminartage:

Freitag, 1. Juni 2018

Tai-Chi Tag für die innere Balance

Durch die fließenden Bewegungen des Tai-Chi die eigene Energie spüren. Mit Ernährungslehre und Tipps für den Alltag.

Freitag, 1. Juni 2018

16 – 17:30 Uhr: Shaolin Kung-Fu von 6 – 14 Jahren

Einmal in das Leben der Shaolin schnuppern. € 20,- / Kind



Samstag 02.06.18

Entschleunigen mit der Philosophie der Shaolin-Mönche Die original Shaolin Meister Zhen und Yuan teilen Ihre Lebensweisheit und ihr Wissen zur traditionellen chinesischen Shaolin-Kunst mit Ihrer Meditation und Atemtechnik sowie Ernährungsprogramm.

Sonntag 03.06.18

Shaolin Waffen – Der Tag zum Erleben der Tradition

Verschiedene Aktionen der Kampfkünste. Es wird die Kampfkunst mit Stock, Schert und Kette erprobt, sowie die Selbstverteidigungskunst der Shaolin.

Montag 04.06.2018

Kung-Fu & Shaolin Kampfkunst

Anspruchsvolles Training der Shaolin Meister Zhen und Yuan für geübte Erwachsene.

Mittwoch 06.06.18

Qi Gong Tag für mentale Stärke und Geist

Energetische Bewegungen stärken die innere Mitte.

Freitag 08.06.18

Tai-Chi Tag für die innere Balance

mit den original Shaolin Meistern Zhen und Yuan. Durch fließende Bewegungen lässt Tai-Chi die eigene Energie spüren. Mit anschließendem Ernährungsprogramm.

Samstag 09.06.18

Shaolin Pro-Energie. Aufbau durch harte Arbeit

mit dem traditionellen Tagesablauf aus ihrem Kloster in China – einmal beim täglichen Training der Shaolin Meister „Zhen“ und „Yuan“ dabei sein.

Sonntag 10.06.18

Gesundheitstag - Bewusst Leben mit innerer Harmonie. Stressabbau durch wunderbare Übungen, die auch danach selbst angewendet werden können.

Anmeldungen bitte per Email: info@gitzenweiler-hof.de

Es werden folgende Angaben benötigt:

Vorname, Name, Straße, PLZ / Ort, Telefonnummer