



”Himmel und
Erde in mir.

SHAMBHALA.AT

Wege zu mir

	QIGONG AUSBILDUNG <i>Leitung: Franz P. Redl & Team</i>	Beginn: FR 25. – SO 27.10.2019/Einstieg bis 15.01.2020 Dauer: ca. 3 Jahre 425 Unterrichtseinheiten
	TEM FORTBILDUNG <i>Leitung: Erna Janisch</i>	Beginn: SA 10. – SO 11.11.2018/Quereinstieg mögl. Dauer: 3 Jahre
	FOCUSING FORTBILDUNG <i>Leitung: Cristina Maier</i>	Beginn: MI 11.03.2020 Dauer: 1 Jahr
	WILDERNESS AUSBILDUNGEN <i>Leitung: Franz P. Redl, Claudia R. Pichl & Team</i>	Beginn: Frühling 2020 Dauer: 2 – 4 Jahre je nach Lehrgang
	TCM AUSBILDUNG <i>Leitung: Claude Diolosa & Team</i>	Beginn: DO 11.06. – SO 14.06.2020 Dauer: 4 Jahre in 2 Teilen 25 Module á 4 Tage
	TCM ERNÄHRUNG <i>Leitung: Ina Diolosa & Team</i>	Beginn Jahreszyklus: FR 14.02. – SO 16.02.2020 Dauer: ca. 2 Jahre 750 Unterrichtseinheiten
	REIKI AUSBILDUNG <i>Leitung: Erna Janisch</i>	Beginn: FR 16.10. – SO 18.10.2020 Dauer: 1 Jahr 9 Seminare
	DAKINI TRAINING <i>Leitung: Edith Amann</i>	Beginn: SA 07.11. – SO 08.11.2020 Dauer: 1 Jahr
	PROZESSBEGLEITUNG <i>Leitung: Claudia R. Pichl & E. Kaul</i>	Beginn: FR 19.02. – SO 21.02.2021 Dauer: ca. 1 Jahr
	AKUPUNKT MERIDIAN MASSAGE <i>Leitung: Michael Uhrhan</i>	Beginn: FR 26.02. – MO 01.03.2021 Dauer: ca. 1 Jahr

Zu jeder unserer Ausbildungen gibt es einen detaillierten Folder, bitte bei Interesse anfordern!

Inhalt

- 3 **Hinweise & Anmeldung**
- 4 **Über uns**
- 5 **Gratis Infoabende & Vorträge**
Shambhala am Vormittag
- 6 **Gratis Kurswoche**
- 9 **Reiki**
TaoWoman[®]Dakini Training
- 10 **Qigong**
- 11 **Taijiquan & Kung Fu**
- 12 **TCM, TCM Ernährung & AMM**
- 13 **TEM Traditionelle Europäische Medizin**
- 14 **Selbstentfaltung**
IBP, Open Floor, Focusing, The Work,
Toltekische Weisheitslehre
- 16 **Stimme/Theater**
Feldenkrais[®]/Trance
- 17 **Yoga**
Meditation/Achtsamkeit
- 18 **Tanz, Conscious Dance**
- 20 **Wilderness/Visionssuche**
- 22 **Übersicht Fortlaufende Kurse**

So erreichst Du uns:

Büro: 1080 Wien, Josefstädter Straße 5/7
Bürozeiten: MO – DO 11 – 17 Uhr
Mail: info@shambhala.at
Tel.: 01/408 47 86

Kursorte

- JS1 / JS2 / JS3
Josefstädter Straße 5, 1080 Wien
- BG1 / BG2
Bennogasse 8A, 1080 Wien
- EXT
Externe Veranstaltung, Ort im Web
oder bei Kursbuchung ersichtlich

Hinweise

Website

Dieses Programmheft versteht sich als übersichtliche Kurzfassung unseres umfassenden Kursangebots.


Detailinformationen und ausführliche Beschreibungen unserer Kurse, Seminare und Ausbildungen findest Du unter www.shambhala.at

> **Tippe dazu die Kursnummer in das Suchfeld.**

Ermäßigungen

Wir fördern Menschen, die bei uns mehr lernen wollen! Jeder weitere fortlaufende Kurs im Semester ist um **10% reduziert**.

**Minus
10%
ab dem
2. Kurs**

Bitte beachte die durch den grünen Punkt  gekennzeichneten **FrühzahlerInnenpreise** für Seminare und Ausbildungen!

Anmeldung

Anmelde- & Stornobedingungen findest Du auf unserer Website unter www.shambhala.at/anmeldung

Der Besuch einer/s **Ausbildung/Fortbildung/Trainings** ist an eine außerordentliche Mitgliedschaft gebunden. Der **Mitgliedsbeitrag** (MB) beträgt pro Halbjahr (März – August, September – Februar) jeweils EUR 20.–.

Kontoverbindung

„SHAMBHALA“
IBAN: AT07 1200 0004 1805 5109
BIC: BKAUATWW

Bitte immer **Name und Kursnummer** angeben. Online-Anmeldung bei der jeweiligen Veranstaltung unter www.shambhala.at.

Über uns

Unsere Philosophie, seit 35 Jahren

Mit unserer Arbeit schaffen wir einen **Raum für persönliches Wachstum!** Das gelingt mit westlichen und östlichen, traditionellen und aktuellen körperbezogenen Methoden in Verbindung zu einer persönlich geistigen Ebene, in einer Atmosphäre von kultureller Offenheit, Ideologiefreiheit und innovativer Kreativität.

Wege zu mir

Shambhala – Das Zentrum für ganzheitliche Gesundheitsbildung und persönliche Entfaltung in Wien – wurde 1984 gegründet und ca. 80 LehrerInnen begleiten mit den verschiedensten Methoden Menschen auf ihrem Weg zu sich selbst. Unser Angebot reicht von einer Vielzahl von wöchentlichen **Kursen, Einzelveranstaltungen, Wochenendseminaren** bis hin zu **Aus- und Fortbildungen**.

Gemeinsam schaffen wir mehr

Vorstand, Geschäftsführung, Büroteam, Grafiker, IT-Spezialisten arbeiten **Hand in Hand** dafür, dass der Verein Shambhala auf allen Ebenen funktioniert.

Der gute Boden der Verwaltung sorgt dafür, dass unsere LehrerInnen sich ganz auf Ihre SchülerInnen und auf ihren Unterricht konzentrieren können. Die Menschen, die zu uns kommen, mögen in unserem Angebot genau das finden, was auf Ihrem persönlichen Lebensweg eine Bereicherung darstellt und sie für eine Weile begleitet.

Die Zukunft braucht uns

Aus ökologischen Gründen haben wir uns entschlossen, auf ein um die Hälfte schmäleres Programmheft umzusteigen, das du jetzt in Händen hältst. Wir laden dich herzlich ein, die **genauen Details auf unserer Webseite shambhala.at** zu lesen.

Komm vorbei!

Die **Gratis-Kurswoche** gibt dir zweimal im Jahr die Möglichkeit unsere LehrerInnen und ihre Methoden kennenzulernen. Ohne Anmeldung bist du in unseren 5 wunderbaren Räumen in der Josefstädter Straße 5 und Bennogasse 8a herzlich willkommen.

Dein Shambhala-Team



Erna Janisch



Franz P. Redl



Barbara Reischl



Georg Demcisin



Barbara Fischer



Walter Kreuzer



Katharina Paumann



Isolde Schober-Panayi



Karl Schönschwetter



Eva Staffel



Margit Stix

Gratis Infoabende & Vorträge

Eintritt frei!
Ohne Anmeldung!

Reiki

Reiki zum Kennenlernen | Erna Janisch | *Offener Abend* | 18 Uhr | JS1 | SO 23.02.2020 | # 15393

Dakini Training

Dakini Fest & Infoabend | Edith Amann | *Infoabend* | 19 Uhr | SO 27.09.2020 | BG1 | # 15400

Qigong

Bai Yun Shan – Taiji Fächer | Yonghui Deistler-Yi | *Vortrag* | 18.30 Uhr | DI 25.02.2020 | JS3 | # 15388

Chinesische Kalligraphie und Qigong | Yonghui Deistler-Yi | *Vortrag* | 18.30 Uhr | DI 10.03.2020 | JS3 | # 15389

Qigong – Mit dem Herzen lächeln | Johannes Benker | *Vortrag* | 18 Uhr | SO 19.04.2020 | JS2 | # 15292

TCM

Infoabend zur TCM-Ausbildung | Ina Diolosa | 18 Uhr | DI 05.05.2020 | JS3 | # 15397

Selbstentfaltung: IBP, Focusing

IBP & Prozessbegleitung Fortbild. | Cl. R. Pichl | *Infoabende* | DI 19 Uhr | JS3 | 03.03.20, # 15285 | 26.05.20, # 15286

Focusing zum Kennenlernen | Cristina Maier | *Infoabend* | 18 Uhr | MI 29.01.2020 | JS3 | # 15268

Meditation & Achtsamkeit

MBSR & MSC | Walter Klockner | *Infoabende* | BG2 | DO 27.02.2020 | 10.30 Uhr, # 15386 | 18 Uhr, # 15387

Wilderness

Den eigenen Mythos neu schreiben | Franz P. Redl & Claudia R. Pichl | *Vortrag* | 19 Uhr | DI 24.03.20 | JS3 | # 15261

Die Visionssuche – Eine tiefe Erfahrung | Waltraud Georgiades | *Vortrag* | JS3 | 18.30 Uhr | DI 21.04.2020 | # 15403

Weitere Informationen siehe www.shambhala.at/vortraege-infoabende

Shambhala am Vormittag

Taijiquan E | Chaitanya F. Pölzl | *Kurs* | MO | 09.15 Uhr | ab 02.03.2020 | 15x | JS2 | € 205 / 1x € 15 | # 15317

Qigong mit Yonghui | Yonghui Deistler-Yi | *Kurs* | MO | 09.30 Uhr | ab 02.03.2020 | 14x | JS1 | € 170 | # 15305

Meditation | Anna I. Zwertler | *Kurs* | MO | 09.30 Uhr | ab 02.03.2020 | 14x | BG2 | € 150 | # 15380

Taiji & Qigong | Yonghui Deistler-Yi | *Kurs* | DI | 9 Uhr | ab 03.03.2020 | 13x | JS1 | € 160 | # 15306

Qigong vor Mittag | J. Benker | *Kurse* | DI | 10.30 Uhr | JS1 | ab 03.03. | 8x | € 100/1x € 15 | # 15295 | ab 05.05. | 5x | € 60/1x € 15 | # 15296

Qigong am Morgen | J. Benker | *Kurse* | MI | 9.30 Uhr | JS1 | 04.03. | 8x | € 100/1x € 15 | # 15297 | ab 06.05. | 5x | € 60/1x € 15 | # 15298

Anusara Yoga | Walter Klockner | *Kurs* | MI | 09.30 Uhr | ab 04.03.2020 | 15x | BG2 | € 195/1x € 16 | # 15352

Iyengar Yoga | Alois Langmeier | *Kurs* | DO | 9 Uhr | ab 05.03.2020 | 14x | JS2 | € 200 / 1x € 18 | # 15344

MBSR – Mindfulness Based Stress Reduction | W. Klockner | *Kurs* | DO | 09.30 Uhr | ab 12.03. | 8x | BG2 | € 320 | # 15381

Feldenkrais® | Gertrud Brunner | *Kurs* | DO | 10 Uhr | ab 05.03.2020 | 10x | JS1 | € 200/1x € 24 | # 15370

Fei Yan Gong – Fliegende Wildgans-Qigong | Y. Deistler-Yi | *Kurs* | DO | 10 Uhr | ab 05.03. | 13x | JS3 | € 160 | # 15308

Beckenboden mit Yoga für alle Frauen | Amalia Kernjak | *Kurs* | DO | 10.30 Uhr | ab 05.03. | 14x | BG1 | € 200 | # 15347

Qigong zum Wochenende | J. Benker | *Kurse* | FR | 9.30 | JS1 | ab 06.03. | 7x | € 100/1x € 15 | # 15302 | ab 08.05. | 5x | € 60/1x € 15 | # 15303

Sweats & Sunday Prayers | Romana, Martin, Claudia u.a. | *Kurs* | SO | 11 Uhr | wöchentlich | EXT | 1x € 20 | # 15333

Gratis Kurswoche

Mitmachen & Kennenlernen unserer
fortlaufenden Kurse, Eintritt frei!

Kostenlos, aber bestimmt nicht umsonst, öffnen wir heuer unsere Kursräume eine liebe lange Woche lang. Ihr könnt ganz unkompliziert und unverbindlich bei uns im Shambhala vorbei schauen und in unser wöchentliches Kursgeschehen hinein schnuppern. Eine einzigartige Gelegenheit auch für all jene, die etwas Neues ausprobieren wollen. Nimm Dir doch ein wenig Zeit für Dich selbst und begib Dich auf bis dato neue Wege zu Dir selbst. Wir laden Dich ganz herzlich dazu ein!

Montag

09.15 – 11.30	JS2	Taiji zum Kennenlernen , Chaitanya F. Pölzl
09.30 – 10.45	JS1	Qigong mit Yonghui , Yonghui Deistler-Yi
09.30 – 10.30	BG2	Meditation , Anna Zwettler
17.00 – 18.00	JS1	Kung Fu 4 Kids , Nikolaus & Yonghui Deistler
17.15 – 18.45	BG1	Mein Bauch tanzt , Karin Torcky-Martin
17.30 – 19.00	JS3	Mit Qigong in eine neue Woche gehen , Katja Hildebrandt
18.00 – 19.30	JS2	Iyengar Yoga , Alois Langmeier
18.15 – 19.25	JS1	Jian Shu – Chinesische Schwertkunst , Nikolaus Deistler
18.30 – 19.30	BG2	Taijiquan A+F+E , Anna Zwettler
		Toltekische Weisheitslehre Silvia Bernhuber
19.35 – 21.05	JS1	Kung Fu – Tanglangquan , Nikolaus Deistler
20.05 – 21.05	BG2	Gesundheitsschützendes Qigong , Anna Zwettler

Dienstag

09.00 – 10.15	JS1	Taiji & Qigong , Yonghui Deistler-Yi
10.30 – 12.00	JS1	Qigong vor Mittag , Johannes Benker
16.30 – 18.15	JS2	Do-In – Japanisches Yoga , Nina Langmeier
16.50 – 18.20	BG2	Anusara Yoga , Walter Klocker
18.00 – 18.50	JS3	Stimme, Sprache , Silke S. Jandl
18.30 – 20.00	JS2	Taiji zum Kennenlernen , Chaitanya F. Pölzl
18.30 – 19.30	BG2	Hula-Tanz aus Hawaii , Sonja Gabriel
19.00 – 19.50	JS3	Theater & Improvisation , Silke S. Jandl
19.00 – 21.00	JS1	Reiki-Info & Schnupperbehandlungen , Erna Janisch

Mittwoch

09.30 – 11.00	JS1	Qigong am Morgen , Johannes Benker
09.30 – 11.00	BG2	Anusara Yoga , Walter Klocker
10.00 – 13.00	BG1	Focusing , Cristina Maier
17.00 – 18.45	BG1	Do-In – Japanisches Yoga , Nina Langmeier

MO 24. Februar – SO 01. März 2020

17.30 – 19.00	JS2	Qigong am Abend , Johannes Benker
18.15 – 19.30	JS1	Hui Chun Gong , Yonghui Deistler-Yi
18.15 – 19.30	JS3	Taijiquan & Taiji Tui Shou , H. Lauring & N. Deistler
19.00 – 22.00	BG1	Deepening – Open Floor Ongoing Group , Claudia Pichl
19.15 – 20.45	JS2	Leber-Qigong , Johannes Benker

Donnerstag

09.00 – 10.30	JS2	Iyengar Yoga Basics , Alois Langmeier
10.00 – 11.15	JS3	Fei Yan Gong – Fliegende Wildgans-Qigong , Yonghui Deistler-Yi
10.30 – 12.00	BG1	Beckenboden mit Yoga für alle Frauen , Amalia Kernjak
10.30 – 11.30	BG2	Infoveranstaltung MBSR & MSC , Walter Klocker
16.00 – 17.15	JS1	Yoga Golden Age , Amalia Kernjak
17.30 – 19.00	JS1	TriYoga Flow Advanced , Amalia Kernjak
17.30 – 19.00	JS3	TaoWoman® Frauen Qigong , Linda Benkö
18.00 – 19.00	BG2	Infoveranstaltung MBSR & MSC , Walter Klocker
18.00 – 20.00	BG1	Luna Yoga , Christa Opocensky
18.30 – 20.00	JS2	Schamanische Trancereisen , Susanne Jarausich
19.00 – 20.30	JS1	Kundalini Yoga , Amalia Kernjak

Freitag

09.30 – 11.00	JS2	Qigong zum Wochenende , Johannes Benker
---------------	-----	--

Sonntag

18.00 – 20.00	JS2	Wildernesslieder , Gerhard Hajny
---------------	-----	---

*Jeder kleine Schritt –
ein großer Schritt zu Dir selbst!*

Orte: Bennogasse 8A (BG1 + BG2) & Josefstädter Straße 5 (JS1 + JS2), 1080 Wien



„Es kommt der Tag,
an dem der Vorhang
ausgedient hat.“

SHAMBHALA.AT

Reiki

Reiki ist eine natürliche Methode zur Harmonisierung der Lebensenergie. Durch sanftes Berühren mit den Händen kommt es zu tiefer Entspannung, der Energiefluss wird gefördert, die Selbstheilungskräfte werden aktiviert. Reiki stärkt die Lebenskraft und fördert das persönliche Wachstum. Shambhala Reiki® zeichnet sich durch seinen besonderen Weg der Ausbildung aus. Der stufenweise Aufbau ermöglicht den Lernenden ein allmähliches Hineinwachsen in die Reiki-Arbeit– hin zum/r Diplomierten Reiki-TherapeutIn.

Reiki zum Kennenlernen | Erna Janisch | *Offener Abend* | 17 Uhr | SO 23.02.2020 | JS1 | # 15393

Shambhala Reiki® Basiskurse 1 + 2 | Erna Janisch | *Kurs* | DI | 15.30 Uhr | ab 03.03.2020 | 15x | JS1 | € 340 | # 15356

Shambhala Reiki® Basiskurse 1 + 2 | Erna Janisch | *Kurs* | DI | 19 Uhr | ab 03.03.2020 | 15x | JS1 | € 340 | # 15357

Reiki Ausbildung | Erna Janisch | *Beginn* FR 16.10. – SO 18.10. | 9 Module | # 15358

Weitere Reiki-Spezialveranstaltungen siehe Reiki-Berufsverband: www.oebrrt.at

TaoWoman®/Dakini Training

Lust auf beflügelnden Rückenwind beim Thema Selbst-Fürsorge, Selbst-Akzeptanz und Selbst-Mitgefühl? Im Dakini Training und in der TaoWoman® Ausbildung findest Du dazu eine Fülle von (Selbst-)Erfahrungen, Methoden und täglich anwendbaren therapeutischen self-help „Werkzeugen“. In beiden Trainings ist eine sehr vertrauensvolle und unterstützende Atmosphäre in der Gruppe garantiert. Sie ist die Basis für ein synergetisches Kraftfeld, das die individuelle Entfaltung jeder Frau hält und trägt.

TaoWoman® Frauen Qigong | Linda Benkö | *Kurs* | DO | 17.30 Uhr | ab 05.03.2020 | 15x | JS3 | € 220/1x € 20 | # 15385

How to Love – Self Love and Love | Lama Lena | *Vortrag* | FR | 19 Uhr | 01.05.2020 | BG1 | € 15 | # 15232

How to Love – Self Love and Love | Lama Lena | *Seminar* | 11 Uhr | SA 02.05. – SO 03.05.2020 | BG1 | € 120/● € 100 | # 15231

Dakini Training | Edith Amann | *Training* | *Beginn* SA 07. – SO 08.11.20 | 6 Wochenenden + Abschluss-Seminar | # 15233

Dakini Fest & Infoabend | Edith Amann | 19 Uhr | SO 27.09.2020 | BG1 | # 15400



Erna
Janisch



Edith
Amann



Linda
Benkö



Lama
Lena

Qigong

Qigong ist eine über Jahrtausende gewachsene, aus China stammende Methode, um Körper und Geist zu harmonisieren. Im Alltag bewährt sich Qigong zum Schutz der Gesundheit, auch zur Erhöhung von Konzentration und Leistungsfähigkeit. Jede/r kann Qigong praktizieren, gleich welchen Alters oder körperlicher Möglichkeiten! Im Lauf einer langen und lebendigen Entwicklung haben sich jene Formen des Qigong herausgebildet, die heute im Shambhala unterrichtet werden – klassisch tradierte ebenso wie neu aufgegriffene alte Formen.

Johannes Benker

Qigong vor Mittag | Kurse | DI | 10.30 Uhr | JS1 | ab 03.03. | 8x | € 100/1x € 15 | # 15295 | ab 05.05. | 5x | € 60/1x € 15 | # 15296

Qigong am Morgen | Kurse | MI | 09.30 Uhr | JS1 | ab 04.03. | 8x | € 100/1x € 15 | # 15297 | ab 06.05. | 5x | € 60/1x € 15 | # 15298

Qigong am Abend | Kurse | MI | 17.30 Uhr | JS2 | ab 04.03. | 8x | € 100/1x € 15 | # 15299 | ab 06.05. | 5x | € 60/1x € 15 | # 15300

Leber-Qigong – Für Stärke und Reinigung | Kurs | MI | 19.15 Uhr | ab 04.03.20 | 13x | JS2 | € 160 | # 15301

Qigong zum Wochenende | Kurse | FR | 9.30 Uhr | JS1 | ab 06.03. | 7x | € 100/1x € 15 | # 15302 | ab 08.05. | 5x | € 60/1x € 15 | # 15303

Qigong für die Augen | Seminar | 17 Uhr | FR 17.04.2020 | BG2 | € 50/● € 40 | # 15304

Yonghui Deistler-Yi

Qigong mit Yonghui | Kurs | MO | 09.30 Uhr | ab 02.03.2020 | 14x | JS1 | € 170 | # 15305

Taiji & Qigong | Kurs | DI | 9 Uhr | ab 03.03.2020 | 13x | JS1 | € 160 | # 15306

Hui Chun Gong | Kurs | MI | 18.15 Uhr | ab 04.03.2020 | 15x | JS1 | € 200 | # 15307

Fei Yan Gong – Fliegende Wildgans-Qigong | Kurs | DO | 10 Uhr | ab 05.03.20 | 13x | JS3 | € 160 | # 15308

Chinesische Kalligraphie und Qigong | Seminar | 10 Uhr | SA 18.04.2020 | JS2 | € 90 | # 15309

Gerhard Gutkas

Stilles Qigong Sommer und Stille | Kurs | DI | 18 Uhr | ab 02.06.2020 | 4x | JS3 | € 60/1x € 30 | # 15293

Katja Hildebrandt

Mit Qigong in eine neue Woche gehen | Kurs | MO | 17.30 Uhr | ab 02.03.2020 | 15x | JS3 | € 195/1x € 15 | # 15310

Franz P. Redl & Team

Zwischen Himmel & Erde: Lebensbaum – Unterwelt | Seminar | 16 Uhr | SO 19.01. | JS2 | € 50/● € 45 | # 14885

Zwischen Himmel & Erde: Lebensbaum – Mittelwelt | Seminar | 16 Uhr | SO 26.04. | JS2 | € 50/● € 45 | # 15048

Zwischen Himmel & Erde: Die 3 Schätze – Gestaltwandlung | Seminar | 15 Uhr | DO 11.06. | EXT | € 70/● € 60 | # 15054

Zw. Himmel & Erde – Sommerwoche Kärnt. | Seminar | 18 Uhr | SO 12. – FR 17.07. | EXT | € 420/● € 380 | # 15057

Anna I. Zwettler

Qigong – 8 Brokate | Kurs | MO | 20.05 Uhr | ab 02.03.2020 | 14x | BG2 | € 180 | # 15294

Seminare mit GastlehrerInnen

Herz-Qigong II | Xiaoqi Li | Seminar | 13.30 Uhr | SA 09.05. – SO 10.05.2020 | JS1 | € 190 | # 15311

Stoffwechsel-Qigong | Wilhelm Mertens | Seminar | 10 Uhr | SA 01.02. – SO 02.02.2020 | BG1 | € 200 | # 15312

Die großen Spiralen | Maria Lanser-Sommer | Seminar | 10 Uhr | SA 20.06. – SO 21.06.20 | JS1 | € 190 | # 15398

Qigong-Ausbildung | F. P. Redl & Team | Beginn: 25. – 27.10.2019 / Einstieg bis MI 15.01.2020 möglich | # 14821

Taijiquan

Taijiquan ist die Kunst, Yin und Yang in Balance zu bringen sowie Körper, Lebensenergie (Qi) und Geist zu nähren. Wir lernen, dem Körper eine neue Struktur und Aufrichtung zu geben sowie Spannungen und Blockaden abzubauen. Als Kampfkunst lehrt uns Taijiquan stabil zu werden und unsere Bewegungen aus der Mitte heraus mit der Vorstellungskraft (Yi) zu führen. Wir wecken unser Tiefenbewusstsein (Xin – Herzgeist) und lernen unter Druck zu entspannen sowie nachzugeben ohne davonzulaufen.

Nikolaus Deistler & Yonghui Deistler-Yi | TaijiArts – System

Taiji Tui Shou – Pushing Hands | Nikolaus | Kurs | MI | 18.15 Uhr | ab 20.05.2020 | 5x | JS3 | € 80 | # 15313

Taiji & Qigong | Yonghui | Kurs | DI | 9 Uhr | ab 03.03.2020 | 13x | JS1 | € 160 | # 15306

Taijiquan F+E | Yonghui | Kurs | MI | 19.45 Uhr | ab 04.03.2020 | 15x | € 220 | # 15314

Bai Yun Shan – Taiji Fächer | Yonghui | Seminar | 10 Uhr | SA 28.03.2020 | BG2 | € 95 | # 15316

Helmut Lauring | TaijiArts – System

Taijiquan A | Kurs | MI | 18.15 Uhr | ab 04.03.2020 | 10x | JS3 | € 140 | # 15315

Chaitanya F. Pölzl

Taijiquan E | Kurs | MO | 09.15 Uhr | ab 02.03.2020 | 15x | JS2 | € 205/1x € 15 | # 15317

Taijiquan F | Kurs | DI | 18.30 Uhr | ab 03.03.2020 | 16x | JS2 | € 215/1x € 15 | # 15318

Taijiquan E | Kurs | DI | 19.30 Uhr | ab 03.03.2020 | 16x | JS2 | € 215/1x € 15 | # 15319

Anna I. Zwettler

Taijiquan A+F+E | Kurs | MO | 18.30 Uhr | ab 02.03.2020 | 14x | BG2 | € 195 | # 15320

Kung Fu & Trad. Chin. Waffenkunst

„Kung Fu“ (Gong Fu) bedeutet im eigentlichen Sinn so viel wie eine Fähigkeit, die man sich durch konsequente Arbeit angeeignet hat. In China wird dieser Begriff daher für alle möglichen Fähigkeiten, die man gut beherrscht (z.B. Kochen, Klavierspielen, ...) verwendet. Mit der Zeit ist dieser Begriff jedoch auch zu einem Synonym für dynamisch ausgeführte Kampfkunst-Stile geworden. Er soll uns daran erinnern, konsequent unsere Ziele zu verfolgen – und das Beste aus unseren Möglichkeiten herauszuholen.

Jian Shu – Chinesische Schwertkunst | Nikolaus | Kurs | MO | 18.15 Uhr | ab 02.03.2020 | 14x | JS1 | € 200 | # 15321

Kung Fu – Tanglangquan | Nikolaus | Kurs | MO | 19.35 Uhr | ab 02.03.2020 | 14x | JS1 | € 205 | # 15322

Kung Fu 4 Kids | Yonghui | Kurs | MO | 17 Uhr | ab 02.03.2020 | 14x | JS1 | € 170 | # 15323

Kung Fu 4 Kids | Yonghui | Kurs | MI | 17 Uhr | ab 04.03.2020 | 15x | JS1 | € 180 | # 15324 | Kombipreis für 2: € 295



Johannes Benker



Nikolaus Deistler



Yonghui Deistler-Yi



Gerhard Gutkas



Katja Hildebrandt



Helmut Lauring



Chaitanya F. Pölzl



Franz P. Redl



Anna I. Zwettler

TCM, TCM Ernährung & AMM

TCM-Ausbildung

Erstmals bietet Claude Diolosa eine solch umfangreiche 4-jährige Ausbildung an. Er und sein Team werden ein vollständiges Ausbildungsprogramm gemäß der Universität von Chengdu/China unterrichten. Die Ausbildung vermittelt die Lehre von Yin & Yang und den 5 Elementen, die Astrologie des I Ging, Anatomie, Physiologie, Pathologie, Pharmakologie, Akupunktur/Akupressur, TCM Diätetik, Psychologie sowie Differential-, Puls-, Zungen- und Gesichtsdiagnostik.

NEU



TCM Ausbildung | Claude Diolosa & Team | Beginn 11. – 14.06.20 | Dauer 4 Jahre/2 Teile | 25 Module á 4 Tage | # 15074

Infoabend zur TCM-Ausbildung | Ina Diolosa | 18 Uhr | DI 05.05.2020 | JS3 | # 15397

TCM-Ernährung

Die Ernährung nach der TCM liegt so stark im Trend wie noch nie zuvor! Warum? Weil sie den Menschen als Ganzes sieht, Ungleichgewichte erkennt, das Immunsystem stärkt, die Basis für körperliches und seelisches Wohlbefinden und speziell auf Deine Bedürfnisse abgestimmt ist! Modulartiges Ausbildungssystem für individuelle Bedürfnisse in 4 Stufen.

NEU



TCM-Ernährung | Ina Diolosa & Team | Dauer mind. 2 Jahre

1. Basis-Crash-Seminar | DO 13.02.2020 | 15.30 Uhr | € 80 / € 60 | # 15396

2. Jahreszyklus: Einjähriger Kompaktlehrgang | Beginn: 14. – 16.02.2020 | € 360 | # 14511

3. Spezialisierung: Spezialseminare & Diagnostikseminare

4. Gewerbeberechtigung

Vorträge TCM-Ernährung

Wohlfühlgewicht mit der TCM | Ina Diolosa | 19 Uhr | DI 18.02.2020 | JS3 | € 20 | # 15252

Ernährungsirrtümer aus Sicht der TCM | Ina Diolosa | 19 Uhr | DI 05.05.2020 | JS3 | € 20 | # 15253

Immunstark im Winter | Ina Diolosa | 19 Uhr | DI 13.10.2020 | JS3 | € 20 | # 15254

AMM – Akupunkt Meridian Massage mit den Grundlagen der TCM

Eine ganzheitliche Behandlungsmethode, die drei Körpersysteme (Meridian-, Akupunktur- und Organsystem) in die Behandlung mit einbezieht. Sie ist eine Akupunktur ohne Nadeln.



AMM Fortbildung | Michael Uhrhan | Beginn: 26.02. – 01.03.2021 | Dauer ca. 1 Jahr | 4 Seminare á 4 Tage



Claude Diolosa



Ina Diolosa



Noemi Morell



Mike Morell



Nina Mandl



Leopold Spindelberger



Michael Uhrhan

TEM – Trad. Europäische Medizin

Über viele Jahrtausende hat sich in Europa eine traditionelle Heilkunde entwickelt, die sich ganzheitlich mit der Vorbeugung und Heilung von Krankheiten befasst. Die TEM reicht vom Wissen der keltischen PriesterInnen, vom mündlich überlieferten Wissen der heilkundigen Frauen und Hebammen, von Hippokrates und Avicenna, über Paracelsus, die Alchymie und die Klostermedizin bis zu Hildegard von Bingen und weiter – zur Homöopathie, zu Anthroposophie und Bachblüten.

TEM Fortbildung/ 3-jährig – 5 Module

1. Grundlagen / 2. Anamnese und Diagnose / 3. Therapien / 4. Heilmittel / 5. Traditionelle Heilsysteme

Dauer: November 2018 – November 2021, Seminare auch einzeln oder im Paket buchbar

Beginn: 10. – 11.11.20, 3-jährige Fortbildung, QuereinsteigerInnen und GasthörerInnen sind willkommen!

Kosten: im Ganzen: € 9.000, pro Jahr: € 3.200 + MwSt., pro Seminar: € 280 (Dauerauftrag), Preise exkl. MwSt.

Leitung: Erna Janisch, 0699/1408 1404, erna.janisch@tem-akademie.com

Seminarorganisation: Eva Staffel, 0699/1087 0082, eva.staffel@tem-akademie.com

Ort: Windischgarsten (OÖ)/Hotel Sperlhof

„Die TEM betrachtet den Menschen als Gesamtkunstwerk eingebunden in die beseelte Natur.“

Kommende Seminare 2020

Puls-, Harn-, Zungendiagn./Humoralmed. | F. Garvelmann | Seminar | 10 Uhr | SA 11. – SO 12.01. | EXT | € 336 | # 15123

Pentalogie – Eine Lehre der Zahlen | S. Ortner | Seminar | 10 Uhr | SA 15.02. – SO 16.02.20 | EXT | € 336 | # 15124

Anthropologie des Heilens | M. Noseck-Licul | Seminar | 10 Uhr | SA 14.03. – SO 15.03.20 | EXT | € 336 | # 15325

Heilende Stimme | Ernestine Halbwild | Seminar | 10 Uhr | SA 18.04. – SO 19.04.20 | EXT | € 336 | # 15326

Hildegardmedizin | Judith Wieser | Seminar | 10 Uhr | SA 16.05. – SO 17.05.20 | EXT | € 336 | # 15327

Kunsttherapie | Judith Wieser | Seminar | 10 Uhr | SA 06.06. – SO 07.06.20 | EXT | € 336 | # 15328

Körperzeichen und manuelle Therapien | D. Poik | Seminarwoche | 10 Uhr | MO 06.07. – SA 11.07.20 | € 336 | EXT | # 15329

Spezialveranstaltungen

Heipflanzenauszüge | G. Kerber-Baumgartner | Seminar | 10 Uhr | SA 07. – SO 08.03. | EXT | € 336 | # 15394

Info & Anmeldung: www.tem-akademie.com



Erna Janisch



Friedemann Garvelmann



Ernestine Halbwild



Gabriele Kerber-Baumgartner



Michaela Noseck-Licul



Silvia Ortner



Dieter Poik



Judith Wieser

Selbstentfaltung

Wir bieten unter dem Thema Selbstentfaltung verschiedenste Methoden auf diesem Weg an: **IBP** (Integrative Body Psychotherapy) mit der Fortbildung Prozessbegleitung sowie Einzelseminare. Claudia R. Pichl kombiniert diese Methode mit **Open Floor** (bewusste Tanzpraxis). **Focusing** ist eine von Eugene Gendlin entwickelte Methode, sich mit Achtsamkeit und Wertschätzung dem inneren, körperlichen Erleben zuzuwenden. **The Work** von Byron Katie ist ein einfacher Weg mit stressvollen Situationen, belastenden Gedanken und Leid umzugehen.

IBP



Prozessbegleitung in der Körper-, Energie- & Bewusstseinsarbeit | C. R. Pichl & E. Kaul | *Fortbildung* | # 15235

IBP & Prozessbegleitung | Claudia R. Pichl | *Infoabende* | DI | 19 Uhr | JS3 | 03.03.20, # 15285 | 26.05.20, # 15286

Selbstkontakt, Präsenz und Grenzen | E. Kaul | *Seminar* | 15 Uhr | FR 02.10. – SO 04.10.20 | JS1 | € 310 / ● € 290 | # 15374

Selbstkontakt, Präsenz und Grenzen | C. R. Pichl | *Seminar* | 15 Uhr | FR 13.11. – SO 15.11.20 | JS1 | € 310 / ● € 290 | # 15375

Frauen – wild & weise, lebendig & verbunden | A. Keller | *Seminar* | 18 Uhr | FR 05. – SO 07.06. | JS2 | € 230 / ● € 200 | # 15377

IBP & Open Floor

Nähernde Wurzeln | Claudia R. Pichl | *Seminar* | 10 Uhr | SA 07.03. – SO 08.03.2020 | BG1 | € 200 / ● € 180 | # 15376

Deepening – Ongoing Group | Claudia R. Pichl | *Kurs* | MI | 19 Uhr | ab 04.03.2020 | 8x | BG1 | € 250 / ● € 220 | # 15335

Resource yourself! – Offene Abende | Claudia R. Pichl | *Kurs* | FR | 18 Uhr | ab 03.01.2020 | 4x | BG1 | 1x € 19 | # 15337

Good Relations Trust, 2.0 – OF Tanztag | Claudia R. Pichl | *Seminar* | 10 Uhr | SA 30.05.20 | BG1 | € 110 / ● € 90 | # 15338

Focusing



Focusing – Die Kunst des Annehmens | Cristina Maier | *Fortbildung* | MI | 10 Uhr | Beginn 11.03.2020 | BG1 | # 15267

Focusing zum Kennenlernen | Cristina Maier | *Infoabend* | 18 Uhr | MI 29.01.2020 | JS3 | # 15268

Focusing in der Gratiswoche | Cristina Maier | *Info* | 10 Uhr | MI 26.02.2020 | BG1 | Keine Anmeldung

Focusing – Einführung | Cristina Maier | *Seminar* | 10 Uhr | SA 29.02. – SO 01.03.20 | JS2 | € 160 / ● € 130 | # 15280

The Work

Wie frei bist du wirklich? | Alice Guldenbrein | *Seminar* | 09.30 Uhr | SA 14.03.20 | JS2 | € 145 / ● € 130 | # 15378

Raus aus dem Stress – Rein ins Leben! | A. Guldenbrein | *Seminar* | 09.30 Uhr | SA 16.05.20 | JS2 | € 145 / ● € 130 | # 15379

Toltekische Weisheitslehre

Kraft, Vision & Klarheit | Silvia Bernhuber | *Kurs* | MO | 19.00 Uhr | ab 02.03.2020 | 10x | BG1 | € 480 | # 15405



Silvia Bernhuber

Alice Guldenbrein

Eva Kaul

Ansula Keller

Cristina Maier

Claudia R. Pichl



„Komm, spielen wir bis wir unser wahres Selbst spüren!“

Stimme/Theater

Unser Körper gibt uns unzählige Möglichkeiten, unsere Seele zum Ausdruck zu bringen. Wir verbinden uns mit Weisheitstraditionen, um unsere eigene Mitte zu spüren, unseren Gefühlen und Impulsen zu folgen – und neue Räume unseres (Klang)- Körpers zu erschließen. Diese Methoden helfen, unser Selbst auf natürliche Weise zu entwickeln.

- Theater & Improvisation** | Silke S. Jandl | *Seminare* | FR | 16 Uhr | JS2 | 20.03.20, # 15359 | 08.05.20, #15360 | je € 80
- Stimme – Sprache** | Silke S. Jandl | *Seminare* | FR | 16 Uhr | JS2/JS3 | 28.02., # 15361 | 24.04., # 15362 | 05.06., # 15363 | je € 120
- Wildernesslieder** | G. Hajny | *Kurs* | SO | 18 h | JS2 | 1.3., # 15364 | 29.3., # 15365 | 19.4., # 15366 | 17.5., # 15367 | 21.6., # 15368 | je € 15
- Konzert & Literaturabend – Ensemble Simorgh** | H. Mehregan & Team | *Event* | 17 h | SO 3.5. | BG1 | # 15392 | freie Spende!

Feldenkrais®

Im Fokus der Feldenkrais Methode steht die Fähigkeit zu lebenslangem Lernen basierend auf der enormen Neuroplastizität des Gehirns. Über die kinästhetische Selbstwahrnehmung werden die Spielräume von Bewegungsmöglichkeiten erweitert und die Entfaltung des individuellen Potentials erhöht. Leichtigkeit und Effizienz werden erfahren.

- Feldenkrais®** | G. Brunner | *Kurs* | MI | 17h | ab 4.3. | 12x | BG2 | € 210/1x € 24 | # 15369 | Refresher | 17.6., # 15371 | 24.6., # 15372 | je € 20
- Feldenkrais®** | Gertrud Brunner | *Kurs* | DO | 10 Uhr | ab 05.03.2020 | 10x | JS1 | € 200/1x € 24 | # 15370
- Die innere Logik von Bewegung** | Livia Calice | *Kurs* | SO | ab 15.03.2020 | 5x | JS2 & BG2 | € 375/● € 320 | # 15395

Trance

Trancereisen nach F. Goodman führen uns zu unseren schamanischen Wurzeln, zu archaischen Schichten menschlichen Bewusstseins. Der schnelle Rhythmus von Trommel oder Rassel führt uns in den Trancezustand, in das Erleben von anderen Bereichen der Wirklichkeit.

- Trancereisen – Schamanisches Wissen** | Susanne Jarausch | *Kurs* | FR | 16 Uhr | ab 06.03.2020 | 5x | JS1 | € 220 | # 15373



Gertrud Brunner



Livia Calice



Gerhard Hajny



Silke Jandl



Susanne Jarausch



Hamid Mehregan

Yoga

Yoga ist eine Methode, um Körper und Geist gleichermaßen zu entwickeln. Es geht um grundlegend einfache Dinge wie Bewegung und Atem, Achtsamkeit, Spannung und Entspannung, Innehalten. Die Hauptelemente sind: Körperhaltungen (Asanas), Atemübungen (Pranayama) und Übungen mit dem Geist (Meditation). Eine regelmäßige Yogapraxis bewirkt auf körperlicher Ebene: Verbesserung der Körperwahrnehmung, Förderung der Beweglichkeit. Auf seelisch-geistiger Ebene: innere Ruhe, Konzentration und Lebensfreude.

Sanfte Stile

- Do-In – Japanisches Yoga** | Nina Langmeier | *Kurs* | DI | 16.30 Uhr | ab 03.03.2020 | 16x | JS2 | € 224/1x € 19 | # 15345
- Do-In – Japanisches Yoga** | Nina Langmeier | *Kurs* | MI | 17 Uhr | ab 04.03.2020 | 9x | BG1 | € 126/1x € 19 | # 15346
- Beckenboden mit Yoga für alle Frauen** | A. Kernjak | *Kurs* | DO | 10.30 Uhr | ab 05.03.20 | 14x | BG1 | € 200 | # 15347
- Yoga „Golden Age“ Für das Alter über 60+/-** | A. Kernjak | *Kurs* | DO | 16 Uhr | ab 05.03.2020 | 14x | JS1 | € 175 | # 15349
- Luna Yoga für Frauen** | Christa Opocensky | *Kurse* | DO | BG1 | ab 05.03. | 13x | 17 Uhr, # 15353 | 18.30 Uhr, # 15354 | je € 195
- Luna Yoga Sommerwoche für Frauen** | C. Opocensky | *Seminar* | 18 h | MO 31.08. – DO 03.09. | BG1 | € 90/1x € 25 | # 15355

Dynamische Stile

- Iyengar Yoga** | Alois Langmeier | *Kurs* | MO | 18 Uhr | ab 02.03.2020 | 14x | JS2 | € 200/1x € 18 | # 15343
- Anusara Yoga** | Walter Klockner | *Kurs* | DI | 16.50 Uhr | ab 03.03.2020 | 11x | BG2 | € 154/1x € 16 | # 15351
- Anusara Yoga** | Walter Klockner | *Kurs* | MI | 09.30 Uhr | ab 04.03.2020 | 15x | BG2 | € 195/1x € 16 | # 15352
- Iyengar Yoga** | Alois Langmeier | *Kurs* | DO | 9 Uhr | ab 05.03.2020 | 14x | JS2 | € 200/1x € 18 | # 15344
- TriYoga Flow Advanced / Level 2-3** | Amalia Kernjak | *Kurs* | DO | 17.30 Uhr | ab 05.03.2020 | 14x | JS1 | € 200 | # 15350
- Kundalini Yoga** | Amalia Kernjak | *Kurs* | DO | 19 Uhr | ab 05.03.2020 | 14x | JS1 | € 200 | # 15348

Meditation/Achtsamkeit

- Meditation** | Anna I. Zwertler | *Kurs* | MO | 09.30 Uhr | ab 02.03.2020 | 14x | BG2 | € 150 | # 15380
- MBSR – Mindfulness Based Stress Reduction** | W. Klockner | *Kurs* | DO | 09.30 Uhr | 12.03.20 | 8x | BG2 | € 320 | # 15381
- MSC – Mindful Self-Compassion** | Walter Klockner | *Kurs* | DO | 18 Uhr | ab 12.03.2020 | 8x | BG2 | € 320 | # 15382
- How to Love – Self Love and Love** | Lama Lena | *Vortrag* | FR | 19 Uhr | 01.05.2020 | BG1 | € 15 | # 15232
- How to Love – Self Love and Love** | Lama Lena | *Seminar* | 11 Uhr | SA 02.05. – SO 03.05.2020 | BG1 | € 120/● € 100 | # 15231
- Meditationsabende** | DI | 19 Uhr | JS3 | A. I. Zwertler | 17.03. | W. Klockner | 28.04. | J. Benker | 12.05. | G. Gutkas | 30.06.

Der Eintritt zu den Meditationsabenden ist frei! Wir laden Dich und Deine FreundInnen zum Meditieren ein.



Amalia Kernjak



Walter Klockner



Alois Langmeier



Nina Langmeier



Christa Opocensky



Anna I. Zwertler



Lama Lena

Tanz & Conscious Dance

„Im Tanz manifestiert sich unsere Lebendigkeit. Tanz ist Transformation. Tanz gibt der Seele ein Zuhause und dem Körper eine spirituelle Dimension.“ (Sasha Waltz) Shambhala ist ein Ort, an dem man verschiedenste Tanzstile und tänzerische Ausdrucksformen erleben kann. Vom Orient über Afrika bis Hawaii kannst du deinen tänzerischen Freuden frönen. Und möchtest du noch tiefer tauchen und deinen ureigenen, inneren Ausdruck finden, dann warten auf dich 4 verschiedene Conscious Dance Stile – 5Rhythmen, Soulrhythms, Open Floor und E-Motion.

Mein Bauch tanzt – Sinnlich-weiblich-frei | K. Torky-Martin | MO | 17.15h | ab 02.03. | 14x | BG1 | € 170/1x € 16 | # 15330

Afro-Samba | Markus Hochgerner | Kurs | MI | 17 Uhr | ab 11.03.2020 | 7x | BG1 | € 105/1x € 18 | # 15390

Hula-Tanz aus Hawaii | Sonja Gabriel | Kurs | FR | 15 Uhr | ab 13.03.2020 | 4x | BG2 | € 180/1x € 50 | # 15404

5Rhythmen*

Dienstags Waves | D. Makovec & W. Zartler | Kurs | DI | 18.30 Uhr | wöchentlich | BG1 | 1x € 18 | # 15331

Shadow | Damjan Makovec | Seminar | 19 Uhr | FR 28.02. – SO 01.03.2020 | BG1 | € 190/€ 160 | # 15399

Soulrhythms

Soulrhythms-Abende | Romana, Martin, Claudia u.a. | Kurs | SA | 19 Uhr | wöchentlich | EXT | 1x € 25 | # 15332

Sweats & Sunday Prayers | Romana, Martin, Claudia u.a. | Kurs | SO | 11 Uhr | wöchentlich | EXT | 1x € 20 | # 15333

5Rhythmen* Sommertanz | Romana, Martin, Claudia | Seminar | SO 12. – SA 18.07.20 | EXT | € 390/€ 370 | # 15334

Open Floor

Deepening – Ongoing Group | Claudia R. Pichl | Kurs | MI | 19 Uhr | ab 04.03.2020 | 8x | BG1 | € 250/€ 220 | # 15335

Open Floor – Offene Gruppe | Christoph Rank | Kurs | MI | 19 Uhr | ab 11.03.2020 | 8x | BG1 | 1x € 18 | # 15391

Resource yourself! – Offene Abende | Claudia R. Pichl | Kurs | FR | 18 Uhr | ab 03.01.2020 | 4x | BG1 | 1x € 19 | # 15337

Good Relations Trust, 2.o – OF Tanztage | C. R. Pichl | Seminar | 10 Uhr | SA 30.05.20 | BG1 | € 110/€ 90 | # 15338

E-Motion

Holz – Frühling – Neubeginn – jump into ... | Redl & Maringer | Off. Abend | 18.30 Uhr | FR 06.03. | BG1 | € 19 | # 15339

Erde – Zwischenzeiten – Übergänge ... | Redl & Maringer | Off. Abend | 18.30 Uhr | FR 17.04. | BG1 | € 19 | # 15340

Feuer – Sommer – Ausdehnung ... | Redl & Maringer | Offener Abend | 18.30 Uhr | FR 19.06. | BG1 | € 19 | # 15341

AbenteurerIn begegnet KönigIn ... | Redl & Maringer | Offener Spezialabend | 18.30 Uhr | FR 29.05. | BG1 | € 25 | # 15342

E-Motion Zyklus „emotional“ | Gesamt | Redl & Maringer | 18.00 Uhr | SO 10.05.20 | 4x | BG1 | € 100 | # 15273

E-Motion Zyklus „emotional“ – Holz, Metall | Einzeltermin | Redl & Maringer | 18.00 Uhr | SO 10.05. | BG1 | € 30 | # 15274



„Die Natur spiegelt was ist, nicht was sein sollte.“

SHAMBHALA.AT



Sonja Gabriel Markus Hochgerner Karina Maringer Damjan Makovec Claudia R. Pichl Franz P. Redl Martin Steixner Karin Torky-Martin Romana Tripolt Wolfgang Zartler

Wilderness/Visionssuche

Wege der Selbstfindung im Spiegel der Natur

Wir bieten verschiedene Wege des inneren Wachstums, der Sinnfindung, Selbststärkung und Ganzwerdung in und mit der Natur an. Kern aller Seminare ist das alte System des Medizinrades und der Vier Schilde, ausgefüllt und umgeben von modernen Wegen der Selbsterfahrung im Rahmen von Halbtagen, Wochenenden, Jahreszyklen und Ausbildungen.



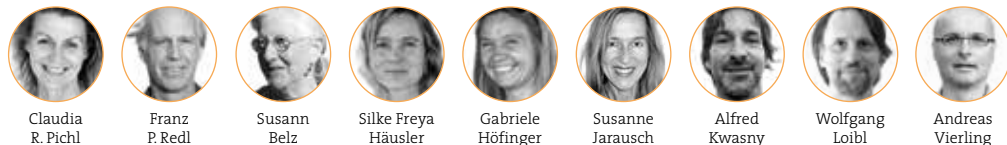
Wilderness Ausbildungen | F. P. Redl, C. R. Pichl & Team | Beginn: Frühling 2020 | # 15183

Vorträge

- Den eigenen Mythos neu schreiben** | F. P. Redl & C. R. Pichl | 19 Uhr | DI 24.03.20 | JS3 | Eintritt frei! | # 15261
- Götter, Engel & Dämonen** | Ch. Rättsch & C. Müller-Ebeling | 19.30 Uhr | FR 03.04.2020 | BG1 | € 20 | # 15069
- Die Kraft des Magiers, der Magierin in Dir** | W. Georgiades & A. Vierling | 19 Uhr | DI 11.02.20 | JS3 | € 15 | # 15401
- Die Kraft des Liebhabers, der Liebhaberin in Dir** | W. Georgiades & A. Vierling | 19 Uhr | DI 24.03. | JS3 | € 15 | # 15402
- Die Visionssuche – Eine tiefe Erfahrung** | Waltraud Georgiades | 18.30 Uhr | DI 21.04.2020 | JS3 | Eintritt frei | # 15403

Seminare & Kurse

- Zw. Himmel & Erde: Lebensbaum – Unterwelt** | F. P. Redl & Team | Seminar | 16h | SO 19.01. | JS2 | € 50/● € 45 | # 14885
- Wildernesslieder** | G. Hajny | Kurs | SO | 18 h | JS2 | 1.3., # 15364 | 29.3., # 15365 | 19.4., # 15366 | 17.5., # 15367 | 21.6., # 15368 | je € 15
- Moving My Wild Nature** | G. Höfner & A. Kwasny | Seminar | 15 Uhr | FR 13. – SA 15.03. | EXT | € 190/● € 170 | # 15283
- Der Lebenskompass** | W. Georgiades & A. Vierling | Seminar | 18 Uhr | FR 20. – SO 22.03. | EXT | € 290/● € 260 | # 15257
- Frühling – Kraft des Ostschilts** | Jarausch & Redl | Seminar | 18 Uhr | FR 27.03. – SO 29.03. | EXT | € 210/● € 195 | # 15047
- Zw. Himmel & Erde: Lebensbaum – Mittelwelt** | F. P. Redl & Team | Seminar | 16h | SO 26.04. | JS2 | € 50/● € 45 | # 15048
- Die Kunst des Spiegelns m. Tieren & Archetyp.** | Redl & Loibl | Sem. | 17h | FR 15. – SO 17.05. | EXT | € 190/● € 170 | # 15053
- Sommer – Ekstase sinnlichen Erlebens** | Pichl | Seminar | 17 Uhr | FR 05. – SO 07.06. | EXT | € 210/● € 195 | # 15056
- Zw. Himmel & Erde: Die 3 Schätze – Gestaltwandlung** | Redl & Team | Sem. | 15h | DO 11.06. | EXT | € 70/● € 60 | # 15054
- Zwischen Himmel & Erde – Sommerwoche** | Redl & Vierling | Sem. | 18h | SO 12. – FR 17.07. | EXT | € 420/● € 380 | # 15057
- Visionssuche Kärnten** | F. P. Redl & C. R. Pichl | Seminar | 15 Uhr | SO 26.07. – MI 05.08. | EXT | € 940/● € 850 | # 15058
- Visionssuche Steiermark** | W. Georgiades & A. Vierling | Sem. | 12h | DI 18.08. – FR 28.08.20 | EXT | € 920/● € 830 | # 15256
- Ceremonies – Großes Medizinrad Ritual** | Pichl & Redl | Sem. | 18h | MI 19. – SO 23.08. | EXT | € 440/● € 400 | # 14887
- Visionsreise auf Kreta** | Georgiades & Vierling | Seminar | 15h | SA 19.09. – SA 26.09.20 | EXT | € 650/● € 580 | # 15059
- Wanderung und Auszeit auf Kreta** | Rammel & Vierling | Sem. | 15h | SA 03. – SA 10.10.20 | EXT | € 650/● € 580 | # 15271



Jugendliche & Junge Erwachsene

- WalkAWay-Geh deinen Weg!** | S. F. Häusler & W. Loibl | Seminar | 14 Uhr | DO 21. – SO 24.05. | EXT | € 200/● € 170 | # 15270
- Meine wilde Zeit!?** | G. Höfner & A. Kwasny | Seminar | 11 Uhr | DO 11.06. – SO 14.06. | EXT | € 220/● € 190 | # 15278
- Spread Your Wings** | G. Höfner & A. Kwasny | Seminar | 11 Uhr | MO 13.07. – SO 19.07. | EXT | € 460/● € 390 | # 15282
- Visionssuche f. junge Erwachsene** | Höfner & Kwasny | Sem. | 14h | FR 31.07. – SO 09.08. | € 650/● € 570 | # 15279

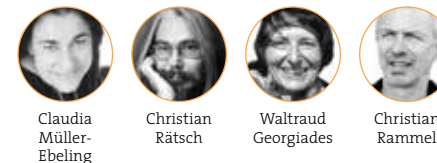
Seminare mit GastlehrerInnen

- Schaman. Reisen zw. Himmel & Erde** | Belz & Redl | Sem. | 10h | SA 29.02. – SO 01.03. | BG2 | € 190/● € 175 | # 14886
- Schamanismus in Nepal** | Rättsch & Müller-Ebeling | Sem. | 11h | FR 03. – SO 05.07.20 | EXT | € 320/● € 290 | # 15263
- Was im Keller und unterm Teppich lauert** | Rättsch & Müller-Ebeling | Sem. | 10h | 04.04. | BG1 | € 140/● € 125 | # 15070



Räume mieten
im Shambhala!

Stunden-/tagesweise
und auch am Wochenende
gibt es freie Zeiten
shambhala.at/vermietung



Übersicht Fortlaufende Kurse SS 2020

Montag

09.15 Uhr	JS2	Taijiquan E	Chaitanya F. Pölzl	ab 02.03.2020	15x	€ 205/1x € 15	# 15317
09.30 Uhr	JS1	Qigong mit Yonghui	Yonghui Deistler-Yi	ab 02.03.2020	14x	€ 170	# 15305
09.30 Uhr	BG2	Meditation	Anna I. Zwettler	ab 02.03.2020	14x	€ 150	# 15380
17.00 Uhr	JS1	Kung Fu 4 Kids	Nikolaus & Yonghui Deistler	ab 02.03.2020	14x	€ 170	# 15323
17.15 Uhr	BG1	Mein Bauch tanzt – Sinnlich-weiblich-frei	Karin Torky-Martin	ab 02.03.2020	14x	€ 170/1x € 16	# 15330
17.30 Uhr	JS3	Mit Qigong in eine neue Woche gehen	Katja Hildebrandt	ab 02.03.2020	15x	€ 195/1x € 15	# 15310
18.00 Uhr	JS2	Iyengar Yoga	Alois Langmeier	ab 02.03.2020	14x	€ 200/1x € 18	# 15343
18.15 Uhr	JS1	Jian Shu – Chinesische Schwertkunst	Nikolaus Deistler	ab 02.03.2020	14x	€ 200	# 15321
18.30 Uhr	BG2	Taijiquan A+F+E	Anna I. Zwettler	ab 02.03.2020	14x	€ 195	# 15320
19.35 Uhr	JS1	Kung Fu – Tanglangquan	Nikolaus Deistler	ab 02.03.2020	14x	€ 205	# 15322
20.05 Uhr	BG2	Qigong – 8 Brokate	Anna I. Zwettler	ab 02.03.2020	14x	€ 180	# 15294

Dienstag

09.00 Uhr	JS1	Taiji & Qigong	Yonghui Deistler-Yi	ab 03.03.2020	13x	€ 160	# 15306
10.30 Uhr	JS1	Qigong vor Mittag	J. Benker	ab 03.03.	8x	# 15295 € 100/1x € 15	ab 05.05. 5x € 60/1x € 15 # 15296
15.30 Uhr	JS1	Shambhala Reiki® Basiskurse 1 + 2	Erna Janisch	ab 03.03.2020	15x	€ 340	# 15356
16.30 Uhr	JS2	Do-In – Japanisches Yoga	N. Langmeier	ab 03.03.2020	16x	€ 224/1x € 19	# 15345
16.50 Uhr	BG2	Anusara Yoga	Walter Klockner	ab 03.03.2020	11x	€ 154/1x € 16	# 15351
18.00 Uhr	JS3	Stilles Qigong Sommer und Stille	Gerhard Gutkas	ab 02.06.2020	4x	€ 60/1x € 30	# 15293
18.30 Uhr	JS2	Taijiquan F	Chaitanya F. Pölzl	ab 03.03.2020	16x	€ 215/1x € 15	# 15318
18.30 Uhr	BG1	Dienstags Waves	D. Makovec & W. Zartler	wöchentlich	1x	€ 18	# 15331
19.00 Uhr	JS1	Shambhala Reiki® Basiskurse 1 + 2	Erna Janisch	ab 03.03.2020	15x	€ 340	# 15357
19.30 Uhr	JS2	Taijiquan E	Chaitanya F. Pölzl	ab 03.03.2020	16x	€ 215/1x € 15	# 15319

Mittwoch

09.30 Uhr	JS1	Qigong am Morgen	J. Benker	ab 04.03.	8x	€ 100/1x € 15	# 15297 ab 06.05. 5x € 60/1x € 15 # 15298
09.30 Uhr	BG2	Anusara Yoga	Walter Klockner	ab 04.03.2020	15x	€ 195/1x € 16	# 15352
17.00 Uhr	JS1	Kung Fu 4 Kids	Nikolaus & Yonghui Deistler	ab 04.03.2020	15x	€ 180	# 15324
17.00 Uhr	BG2	Feldenkrais®	Gertrud Brunner	ab 04.03.2020	12x	€ 210/1x € 24	# 15369
17.00 Uhr	BG1	Afro-Samba	Markus Hochgerner	ab 11.03.2020	7x	€ 105/1x € 18	# 15390
17.00 Uhr	BG1	Do-In – Japanisches Yoga	N. Langmeier	ab 04.03.2020	9x	€ 126/1x € 19	# 15346
17.30 Uhr	JS2	Qigong am Abend	J. Benker	ab 04.03.	8x	€ 100/1x € 15	# 15299 ab 06.05. 5x € 60/1x € 15 # 15300

18.15 Uhr	JS3	Taijiquan A	Helmut Lauring	ab 04.03.2020	10x	€ 140	# 15315
18.15 Uhr	JS3	Taiji Tui Shou – Pushing Hands	Nikolaus Deistler	ab 20.05.2020	5x	€ 80	# 15313
18.15 Uhr	JS1	Hui Chun Gong	Yonghui Deistler-Yi	ab 04.03.2020	15x	€ 200	# 15307
19.00 Uhr	BG1	Deepening – Open Floor Ongoing Group	Claudia R. Pichl	ab 04.03.2020	8x	€ 250/● € 220	# 15335
19.00 Uhr	BG1	Open Floor Offene Gruppe	Christoph Rank	ab 11.03.2020	8x	1x € 18	# 15391
19.15 Uhr	JS2	Leber-Qigong – Für Stärke und Reinigung	J. Benker	ab 04.03.2020	13x	€ 160	# 15301
19.45 Uhr	JS1	Taijiquan F+E	Yonghui Deistler-Yi	ab 04.03.2020	15x	€ 220	# 15314

Donnerstag

09.00 Uhr	JS2	Iyengar Yoga	Alois Langmeier	ab 05.03.2020	14x	€ 200/1x € 18	# 15344
09.30 Uhr	BG2	MBSR – Mindfulness Based Stress Reduction	W. Klockner	ab 12.03.2020	8x	€ 320	# 15381
10.00 Uhr	JS3	Fei Yan Gong – Fliegende Wildgans-Qigong	Y. Deistler-Yi	ab 05.03.2020	13x	€ 160	# 15308
10.00 Uhr	JS1	Feldenkrais®	Gertrud Brunner	ab 05.03.2020	10	€ 200/1x € 24	# 15370
10.30 Uhr	BG1	Beckenboden mit Yoga für alle Frauen	Amalia Kernjak	ab 05.03.2020	14x	€ 200	# 15347
16.00 Uhr	JS1	Yoga „Golden Age“ Für das Alter über 60+/-	Amalia Kernjak	ab 05.03.2020	14x	€ 175	# 15349
17.00 Uhr	BG1	Luna Yoga für Frauen	Christa Opocensky	ab 05.03.2020	13x	€ 195	# 15353
17.30 Uhr	JS1	TriYoga Flow Advanced / Level 2-3	Amalia Kernjak	ab 05.03.2020	14x	€ 200	# 15350
17.30 Uhr	JS3	TaoWoman® Frauen Qigong	Linda Benkö	ab 05.03.2020	15x	€ 220/1x € 20	# 15385
18.00 Uhr	BG2	MSC – Mindful Self-Compassion	Walter Klockner	ab 12.03.2020	8x	€ 320	# 15382
18.30 Uhr	BG1	Luna Yoga für Frauen	Christa Opocensky	ab 05.03.2020	13x	€ 195	# 15354
19.00 Uhr	JS1	Kundalini Yoga	Amalia Kernjak	ab 05.03.2020	14x	€ 200	# 15348

Freitag

09.30 Uhr	JS1	Qig. zum Wochenende	J. Benker	ab 06.03.	7x	€ 100/1x € 15	# 15302 ab 08.05. 5x € 60/1x € 15 # 15303
16.00 Uhr	JS1	Trancereisen – Schamanisches Wissen	Susanne Jarausch	ab 06.03.2020	5x	# 15373	
18.00 Uhr	BG1	Resource yourself! – Offene Abende	Claudia R. Pichl	ab 03.01.2020	4x	1x € 19	# 15337

Samstag

19.00 Uhr	EXT	Soulrhythms-Abende	Romana, Martin, Claudia u.a.	wöchentlich	1x	€ 25	# 15332
-----------	-----	---------------------------	------------------------------	-------------	----	------	---------

Sonntag

11.00 Uhr	EXT	Sweats & Sunday Prayers	Romana, Martin, Claudia u.a.	wöchentlich	1x	€ 20	# 15333
-----------	-----	------------------------------------	------------------------------	-------------	----	------	---------

Kursorte

- JS1 / JS2 / JS3, Josefstädter Straße 5, 1080 Wien
- BG1 / BG2, Bennogasse 8A, 1080 Wien
- EXT, Externe Veranstaltung, im Web oder bei Kursbuchung ersichtlich



**Gutschein
schenken!**

**Schenken Sie
Shambhala-Kurse!**
Unser Team
berät Sie gerne:
T. 01/408 47 86



Österr. Post AG/Sponsoring Post
Zulassungs-Nr. GZ 02/Z031653 S;
DVR 08517/44; ZVR-Zahl 153001554

SHAMBHALA.AT

Shambhala-Büro | Tel. 01/408 47 86 | Bürozeiten: MO – DO 11–17 Uhr | info@shambhala.at