

## Weiterbildungen / Kulturtag 2007 – 2025

- 2007 Dao des Bogenschiessens
- 2008 Einführung in das Taiji Bailong Ball, Cornelia Gruber  
Muskuläre und energetische Disbalancen und ihre Auswirkung im Qigong und Taijiquan,  
Hans Peter Tschol
- 2009 Das Staunen – Lebenskunst und Lebenselixier, Markus Schmid
- 2011 Lachyoga  
Üben im Park Wil / Appenzell  
Üben im Park Schaffhausen
- 2012 Daoismus, Marc Winter
- 2013 Alltags-Nothilfe- Akupunkturpunkte, Katia Grünig, Physio- und TCM-Therapeutin und  
Referentin an der Akademie für Chinesische Naturheilkunst  
WE: Dynamic Standing, mit Peter den Dekker  
Push Hands – Austausch/Training, am Samstagnachmittag  
Üben im Park, Luzern
- 2014 Einführung in die Kalligrafie, Xinglai Yang, unterrichtet «Modernes Chinesisch und  
Design & Kunst» kalligrafiert, malt chinesische Tuschkmalerei  
WE: Drei buddhistische Meditationswege, Vipassanameditation der Theravadatradition,  
in eine tibetische Meditationsrichtung des Mahayanabuddhismus und in einen Zen-Me-  
ditationsweg, Rainer Künzi  
Üben im Park, Weinfeldern
- 2015 Yijing, René van Osten, Autor von „I Ging – Antworten aus den Tiefen des Unbewussten“  
WE: Seidenfaden-Qigong, Stehen wie ein Baum, Kurzform Chenstil-Taiji, Jan Silberstorff  
Push Hands – Training, La Chaux-de-Fonds  
Üben im Park, Rapperswil
- 2016 Biotensegrität, Danièle-Claude Martin  
WE: Gesundheitsqigong-Baduanjin/Yijinjing, Hr. Xiang Hanping, Fr. Zhang Caiqin,  
chin. Verband  
Üben im Park, Chur
- 2017 Gesunde Ernährung aus Sicht der Chinesischen Medizin, Christine Dam  
WB: Mitte stärken mit Power-Response-Partnerübungen, Dieter Meier  
Üben im Park, Riehen bei Basel
- 2018 Integration faszialer Impulse im Qi Gong und Taijiquan, Heinz Peter Steiner  
WE: Organ-Qigong und erfahrbare Anatomie, mit Michael Plötz  
Üben im Park, Bern

- 2019 Bewegtes Becken, Helmut Jäger  
WE: Einführung in das Lebenstor-Qigong, Frieder Anders & Assistenten  
Üben im Park, St. Gallen
- 2020 Spiral- Qigong (Praxis) / Feng Shui (Theorie), Frank Ranz  
Jubiläum -> Absage  
Üben im Park, Biel
- 2021 MV- online -> keine Weiterbildung  
WE: Seidenfadenübungen/ Stehende Säule / Einführung in die 9er Chenstilform /  
Daoistische Sitz-Meditation und Philosophie, Jan Silberstorff  
SGQT-Kulturtag, Neuchâtel
- 2022 Atemtherapie, Ruedi Koller / Visualtraining, Ursi Müller  
WE: mit 8 Mitgliedern der SGQT als Leitungspersonen
- Petra Martinet: Primordial Qi Gong
  - Cathy O'Hare und Sven Christinger: Yiquan
  - Lukas Häne: Deep Qi Discharge Qigong
  - Gerold Gerber: Taiji-Qigong: Der Tageslauf der Krähe
  - Qi Wang: Einführung in Zhineng Qigong: Basistheorie und Methoden
  - Marko Nedeljkovic: Taiji Bang - Grundlagenübungen mit dem Taiji Kurzstock
  - Sabine Gansler: Gefühle und Emotionen in der Qi Gong Praxis
  - Markus Hauser: Sensibilisierung unserer Hände
- SGQT-Kulturtag, Bern
- 2023 Workshop Singen, Jacqueline Gemperli  
WE: 13-er Yang-Stil Taijiquan, Qigong zur Qi- und Essenzvermehrung, Foen Tjoeng Lie  
SGQT-Kulturtag, Frauenfeld
- 2024 Erfahrbare Anatomie in Bezug auf Taijiquan/Qigong, HansPeter Tschol  
WE: Spannungsbögen und spiralförmige Kraft, Ernst Michael Beck  
SGQT-Kulturtag, Wädenswil
- 2025 Spiraldynamik®, Christine Heel, Spiraldynamik®  
Jubiläumsanlass