



TAI JI CHUAN & Qi Gong zum Vollmond

vital fühlend geerdet



Gerne lade ich dich ein, einmal im Monat TAI JI & QIGONG zum Vollmond zu machen. Willkommen sind auch Anfänger:innen.

Die Qualitäten dieser Zeit sind besonders. Eigentlich sind es energetische Höhepunkte. Wenn die Sonne den Mond komplett anstrahlt, erreicht die kosmische Energie ihre maximale Fülle.

Menschen können auch Gefühle oder Spannungen deutlicher spüren. Manche reagieren impulsiver, sensibler als gewöhnlich oder haben einen unruhigen Schlaf.

Da der Körper eine starke Aufnahmebereitschaft hat, passt es wunderbar sich mit seiner Kraft und Erdung zu verbinden. Es ist ein Moment, um langsamer zu werden, loszulassen und in Balance zu kommen. Die genauen Qualitäten hängen vom jeweiligen Tierkreiszeichen ab, in dem der Vollmond steht. Dies die Daten zu unseren Treffen:

Fr, 28. August im Wasserzeichen Fisch, Erntemond (spirituell, intuitiv, emotional tief, Balance zwischen Verstand und Gefühl finden)

Fr, 25. September (1 Tag früher) Erntemond-Herbstmond-Fruchtmond am 26.9. in Fische

Mo, 26. Oktober im Erdzeichen Stier, Jägermond/Weinmond (sicher & stabil sein, geniessen, zur Ruhe kommen, was hat echten Wert im Leben?)

Di, 24. November im Luftzeichen Zwilling Bibermond/Frost- oder Nebelmond (kommunikativ, neugierig und mental dynamisch)

Fr, 22. Januar 2027 im Feuerzeichen Löwe, Wolfsmond (lebensfreudig, kreativ, sich selber ausdrücken)

Jeweils 19:00 – 20:30 / Ausgleich Fr. 40.- /Anmeldung 3 Tage vorher

Nach einer Sequenz einfinden, dehnen, strecken und kräftigen wenden wir uns im zweiten Teil den fließenden Bewegungen des QiGongs und Tai Ji zu. Zuletzt werden wir 10 Minuten in die Stille gehen. Jedesmal werde ich etwas über die Zeitqualität dieses Mondes berichten.

In Vorfreude auf diese Abende grüsse ich dich herzlichst Claudia Stamm Roth