

Werdegang Angelika

Ich bin Angelika Hansen geboren 1961 in Schleswig-Holstein.

Ich lebe seit 1985 an der Nordseeküste Schleswig-Holsteins in Meldorf.

Seit 2011 praktiziere ich Qigong. Ab 2013 unterrichte ich diese Bewegungslehre. Ich bin ausgebildete Kursleiterin und legte meine Qigong-Lehrerin Prüfung im April 2018 ab. Ausgebildet wurde ich von Asta Eichhorst und Petra Hinterthür in Hamburg nach den Richtlinien der Deutschen Qigong Gesellschaft e.V.

Im Laufe der Zeit habe ich mich weitergebildet über die Yangsheng Gesellschaft, in Berlin durch Frau Liu Ya Fei sowie laufende Weiterbildungen durch Lehrer*innen der DQGG wie Dieter Hölle, Helmut Bauer, Petra Hinterthür, Doris Rath. Zur Erweiterung trug eine Ausbildung zur Entspannungs- und Meditationstrainerin bei.

Ich unterrichte verschiedene Qigong- Formen:

- die 18- fache Methode nach Josephine Zöllner,
- die 18 Bewegungen des Taiji Qigong, erste Form,
- die acht Brokate
- das Kranich-Qigong
- das Frauen-Qigong (Nüzi-Gong)

Meine Lieblingsübungen im Qigong sind, nach dem Kranich, alle, die mir im Moment des Übens passend erscheinen, in die ich hineinspüren kann, die mich leichter und durchlässiger machen.

Qigong hat mir in einer schwierigen Zeit sehr geholfen. Ich kann sagen: Qigong hat mich gefunden!

Ich bin fest überzeugt, dass mir das Qigong-Üben zu einem leichteren und entspannteren Leben verholfen hat.

Kraniche über Hamburg

