

# +++ ERLEBNIS-SEMINAR +++

Achtsamkeit stärken & Gelassenheit entwickeln:

**Samstag, 03.10.2020**

in Salzburg



## „Die Qi Formel für ein langes und gesundes Leben“

Erleben Sie Awai Cheung, wie er sein geballtes Wissen aus über 20 Jahren Seminartätigkeit an einem Tag bündelt.

Sie lernen, wie Sie...

nach seinem aktuellen Buch

- Ihre Energien zielgerichtet bündeln
- Ihre Empathie und Achtsamkeit schulen
- in schwierigen Situationen die Nerven behalten
- durch Mentaltraining zum Erfolg kommen
- Ihren Rücken entspannen
- Ihre innere Widerstandsfähigkeit stärken
- mit der Qi Formel kraftvoll bleiben
- die wertvollen Tipps SOFORT umsetzen können

### Seminarzeiten

ab 9.30 Uhr Empfang mit Kaffee und Tee



**Awai Cheung**  
Personal Coach,  
und Erfolgsautor

### Mit praktischen Übungen zu:

- ✓ Mentaltraining
- ✓ Achtsamkeit
- ✓ Konzentration
- ✓ Empathie
- ✓ Motivation
- ✓ Resilienz



[www.Qi-Formel.de](http://www.Qi-Formel.de)

In den Pausen gibt es Kaffee/Tee, Säfte, Obstkorb, Snacks und ein Mittagessen.

Seminarbeginn	Mittagspause	Seminarende
10.00 Uhr	12.00 - 13.00 Uhr	ca. 17.00 Uhr

# verbindliche ANMELDUNG

## ■ Warum Sie dieses Seminar besuchen sollten

- Sie lernen, wie Sie
- störende Gedanken abschalten und im **Augenblick präsent** sind!
  - Ihre **Energien aktivieren** und zielgerichtet bündeln!
  - Ihren **Rücken** entspannen
  - Ihre **Empathie und Achtsamkeit** schulen!
  - **resilienter** werden!
  - sich trotz hohem Arbeitspensum **frisch und erholt** fühlen!

## ■ Voraussetzungen für dieses Seminar

Keine Vorkenntnisse, Vorbereitungen erforderlich, nur bequeme Kleidung und gute Laune mitbringen.

## ■ Termin und Veranstaltungsort

Samstag, 03.10.2020

Ort: Schloss Leopoldskron, Salzburg  
Leopoldskronstraße 56-58  
5020 Salzburg, Austria

## ■ So melden Sie sich verbindlich an

Bitte einfach die Anmeldung ausfüllen und per E-Mail anmelden.

Die Teilnahmegebühr für das Seminar beträgt inkl. der Tagungspauschale mit Mittagessen, Buch und Zertifikat

**€ 145,00 inkl. MwSt/ pro Person**

Die Teilnahmezahl ist aus Räumlichen Gründen auf 25 Teilnehmer begrenzt.

Wir empfehlen eine baldige Anmeldung.

Kostenfreie Stornierung bis **30.Juli 2020** jederzeit möglich.

Sie können Ihre Teilnahmeberechtigung auf einen schriftlich von Ihnen zu benennenden Ersatzteilnehmer übertragen.

Geringfügige Änderungen im Veranstaltungsprogramm behalten wir uns vor.

## Seminar

„Die Qi Formel für ein langes und gesundes Leben“

**Sa, 03.10.2020 in Salzburg**

Ich nehme teil:

1

NAME/VORNAME

STRASSE/POSTFACH

PIZ/ORT

TELEFON

Emailadresse

## Teilnehmerstimmen

*„Sie haben ganz wunderbar durch Ihre Leichtigkeit und Ihren Humor unsere Tagungsteilnehmenden mitgenommen und begeistert. Ein toller interaktiver Impulsbeitrag, der sicherlich bei vielen im Gedächtnis bleibt.,, K.Kühne Deutsche Bahn AG*

*„Awai Cheung vermittelt den Inhalt mit voller Begeisterung und äußerst kurzweilig und hat mich dafür sensibilisiert, wie wichtig Bewegung, die innere Einstellung und ein Ausgleich zum heutigen herausfordernden Berufsalltag für den menschlichen Körper und Geist ist. Authentischer und praxisnaher könnte das Thema nicht vermittelt werden. Die tollen einfachen Übungen helfen mir auch in kurzen Zeitphasen meines Alltags für Entspannung zu sorgen.“ Christian. Voss P&C*

## Anmeldung

Qigong Verein Salzburg  
c/o Christina Schwaighofer  
Markt 298/6

5441 Abtenau

[info@qigong-salzburg.at](mailto:info@qigong-salzburg.at)