



Rundbrief

Winter/Frühling 2026

Liebe Dan Gong Freundinnen und Freunde,

das neue Jahr bringt uns viel Energie und wir sollten auf logisch-rationale Entscheidungen achten. Ebenso kommt es im kommenden Jahr des Feuer Pferdes auf gute Kommunikation an, wofür uns der Merkur Hilfestellung gibt. Auch wir im Dan Gong stellen uns auf ein lebendiges Jahr ein und haben auch für Euch interessante Veranstaltungen vorbereitet. Zurzeit hat uns noch der Winter im Griff und im Retreat Center nutzen wir die Zeit um tiefer in unsere Künste vorzudringen.



Die Tage aber werden täglich einen Hahnenschrei länger und die Sonne lässt uns ihre kraft fühlen. Vielleicht findet auch Ihr Zeit um nach innen zu gehen und ein Frühlingserwachen vorzubereiten.



Sun Pill starte eine neue Seminarreihe über die koreanische Handtherapie in drei Stufen über insgesamt 6 Wochenenden, also je Stufe zwei Wochenenden. Das erste Wochenende der Stufe 1 findet am 07./08. März und das zweite am 02./03. Mai hier im Dan Gong statt. Die zweite Stufe findet am 12./13. September ihren Anfang. die weiteren Termine werden mit den Teilnehmenden abgesprochen. Sun Pill unterrichtet in Kleingruppen, so kann der Unterricht gut auf die Teilnehmenden abgestimmt werden. Die Koreanische Hand Therapie kurz KHT eignet sich für Einsteiger in die TCM, da die vermittelte Diagnose- und Behandlungsmethode einfach durchzuführen ist. Die theoretischen Aspekte werden praktisch eingeübt und die Methode der KHT eignet sich hervorragend auch zur Selbstbehandlung
Interessenten sollten sich per Mail oder bei Fragen auch telefonisch unter 02591-22683 melden.



Taijiquan Intensiv:

In der Zeit von 28. März bis 01. April veranstalten wir wieder unser Frühlingsintensiv. Themen sind Zhan Zhuang Gong, Cansigong, Laojia Yilu, Laojia Erlu und Tui Shou Routinen.

Schwertschulung:

Im Chen Taijiquan gibt es für Schwertliebhaber/innen vom 08.-12. April ein 5 Tage Intensiv in dem die Schwertform ausgearbeitet wird. Weitere Themen sind die Grundtechniken (auf Wunsch können auch Grundtechniken vorgestellt werden, die über die 7 Chen Schwert Grundtechniken hinausgehen und auch in der Schwertform enthalten sind), die in Solo- und Partner-Drills theoretisch sowie praktisch vermittelt werden um eine Brücke zur freien Anwendung zu schaffen. Darauf aufbauend sind weitere Schwert-Veranstaltungen in Planung. Maximale Teilnehmerzahl sind 12 Personen. Bei Fragen dazu bitte melden.

Sommercamp:

Unser mittlerweile 31. Sommercamp findet vom 18. Juli bis zum 27. Juli statt. Themen sind Zhan Zhuang Gong, Cansigong, Lao Jia Yilu vormittags. Das Nachmittagsprogramm klären wir in der Vorbesprechung mit den Teilnehmenden ab. Themen können sein: Schwertform, Stock-/Speerform, Säbelform sowie Tuishou Routinen. Maximale Teilnehmerzahl 25 Personen. Bei Interesse meldet Euch bitte zeitig.



Jin Dan Dao
Weg des goldenen Elixiers

Unsere Qigong Intensivtage sind praktisch tiefgehend und führen in Richtung innere Alchemie. Über Ostern 2026, 02. April bis 06. April findet wieder ein Frühlingsintensiv statt. Themen sind bewegte und stille Übungen, Atmung, Nutzung der Klangkraft mittels tönenden Atmen (Koutuchan/Mantra) u.a. mehr. Ein Sommer Qigong Intensiv findet im Anschluss des Taijiquan Sommercamps vom 29. Juli bis 02. August statt. Die Themen dazu werden mit den Teilnehmenden abgesprochen, beziehen sich aber auch auf die o.g. Themen. Jedes Intensiv hat eine Teilnehmerbegrenzung von 12 Personen. Bei Interesse oder Fragen meldet Euch gerne bei mir.



Knut Gollenbeck, Meister Li, Jiacheng und Gerhard

Weitere Veranstaltungen werden gesondert bekanntgegeben. Gerne könnt ihr mir Vorschläge zu Themen zukommen lassen.

Die neue Jin Dan Dao Ausbildung geht ins zweite Jahr und auch die Fortgeschrittenen vertiefen ihre Praxis mittlerweile im 2. Jahr. Die Seminare mit Meister Li für dieses Jahr sind in Planung und ihr erhaltet entsprechend Nachricht dazu.

Jetzt gilt es die noch frostigen Tage hinter uns zu lassen. Mit dem Neumond am 17.02.26 feiern die Chinesen ihr Neues Jahr mit dem Jahresregenten Feuer-Pferd, was uns die Kraft geben kann weiter zu reifen und Fortschritte im Leben zu machen.

Euch Allen eine schöne Zeit mit viel Herz-Licht.

Alles Liebe

Gerhard

