

# Mit dem Leben fließen

Fließendes Shibashi  
Einführungs- und Vertiefungskurs



28. Juni 2024 in Bern

**Inhalt:**

Wer sich in der Form des Stillen Shibashi "zu Hause" fühlt, beginnt beim Kennenlernen des Fließenden Shibashi nicht ganz von vorn. Vielmehr bewegen wir uns aus einer anderen Grunddynamik heraus durch die bereits vertrauten Übungen. Dadurch ergibt sich in den Bewegungen eine neue, verspielte Qualität von Leichtigkeit und Fließen.

Wer mit der Form des Fließenden Shibashi bereits unterwegs ist, erhält Anregung und Vertiefung für das achtsame und bewusste Gestalten des Bewegungsflusses – insbesondere in den Übergängen.

Wir sind eingeladen, uns dem Fließen vertrauensvoll hinzugeben, seelisch und körperlich Festgehaltenes loszulassen, um so immer lebendiger und beweglicher in unserem Leben unterwegs zu sein.

Einfache Qi Gong Übungen sowie Impulse aus der westlichen und östlichen Mystik unterstützen uns auf diesem Weg.

Vertrautheit mit dem Stillen Shibashi ist für das Erlernen der Form von Vorteil, aber nicht Bedingung.

**Leitung:**

Dorothea Egger, freischaffende Theologin. Lernte Shibashi bei Sr. Mary John Mananzan, Philippinen, kennen und vertiefte ihre Übungspraxis während mehrerer Jahre mit Sr. Marimil Lobregat vom Qi Chinese Healing College in Sydney, Australien, sowie durch eine Qi Gong Ausbildung mit Diplomabschluss bei Meister Qingshan Liu, München. Praktiziert seit 1997 Shibashi und weitere Qi Gong Formen.

**Kurszeiten:** 9.30-12.30 und 14.00-16.30 Uhr

**Ort:** Restaurant Veranda, Gartenraum,  
Schanzeneckstr. 25, 3012 Bern

**Kosten:** Fr. 150.-  
Bitte Betrag vor dem Kurs überweisen.  
Ermässigung auf Anfrage.

**Mitbringen:**

Dicke Socken oder Turnschlappen, Wasserflasche, Notizmaterial.

**Mittagessen:**

Auf Wunsch reserviere ich einen Tisch im Restaurant Veranda. Ebenso möglich: Picknick im Kursraum.

**Anmeldung bis 10. Juni 2024:**

Bitte mit Angabe von Adresse und Telefonnummer bei Dorothea Egger - [thea.egger@bluewin.ch](mailto:thea.egger@bluewin.ch)  
oder Tel.: 026 322 17 70

**Information:**

Dorothea Egger, s. oben, und [www.shibashi-net.ch](http://www.shibashi-net.ch)

**Annulationsbedingungen:**

Bei Abmeldung ohne Ersatz, weniger als zehn Tage vor Kursbeginn: Übernahme von 50% der Kurskosten.  
Bei Krankheit Vereinbarung nach Absprache

**Solidaritätsbeitrag:**

Bei genügend Anmeldungen gehen 10% der Kurseinnahmen an ein Fastenopferprojekt auf den Philippinen.