



## Ablauf QiGong Ausbildung bei Myochu QiGong Lizenzen im Überblick

Der Einstieg in die Ausbildung ist jederzeit möglich!  
Für die Zulassung zur Prüfung müssen alle Module besucht werden.

### Übungsleiter - Lizenz A

#### 1. Ausbildungsjahr – 5 Praxis-Wochenenden à 15 Stunden - Präsenz

Wochenenden Samstag und Sonntag jeweils von 9.30 bis 13 Uhr und von 14 bis 18 Uhr.

##### Wochenende P 1-1

###### Gesundheits-QiGong **Die 8 edlen Brokatübungen**

die 8 Übungen des Systems | Lockerungs- und Aufwärmübungen | Stilles QiGong

##### Wochenende P 2-1

###### **Die 18 Formen der Harmonie Taiji QiGong**

die 18 Figuren des Systems | Schwingende Hände zur Lockerung | Stilles QiGong

##### Wochenende P 3-1

###### **Shaolin Knochenmark QiGong**

Übungen zum Wecken des Qi | Atemübungen und Bewegungsübungen | die 8 Knochenmark QiGong  
Übungen | Steh- und Sitzmeditation

##### Wochenende P 4-1

###### **Gesundheits-QiGong MaWangDui**

die 12 Übungen des Gesundheits-QiGong MaWangDui | Vorbereitungsübungen zur Lockerung von  
Gelenken und Muskulatur

##### Wochenende P 5-1

###### **Shaolin BaGua QiGong**

10 Übungen zum Wecken des Qi | Bewegungsübungen | Atemübungen | die 8 BaGua Übungen |  
Geh- und Stehmeditationen



## 2. Ausbildungsjahr – 5 Wochenenden à 15 Stunden - Präsenz

Wochenenden Samstag und Sonntag jeweils von 9.30 bis 13 Uhr und von 14 bis 18 Uhr.

### Wochenende P 1-2

Wiederholung und Vertiefung – **Die 8 edlen Brokatübungen**  
die 8 Übungen des Systems | Schwingende Hände zur Lockerung | Stilles QiGong

### Wochenende P 2-2

Wiederholung und Vertiefung – **Die 18 Formen der Harmonie Taiji QiGong**  
die 18 Figuren des Systems | Schwingende Hände zur Lockerung | Stilles QiGong

### Wochenende P 3-2

Wiederholung und Vertiefung – **Shaolin Knochenmark QiGong**  
Atemübungen | Bewegungsübungen | die 8 Knochenmark Übungen | Selbstmassage

### Wochenende P 4-2

Wiederholung und Vertiefung – **MaWangDui**  
die 12 Übungen des Systems | Lockerungsübungen

### Wochenende P 5-2

Wiederholung und Vertiefung - **Shaolin BaGua QiGong**  
10 Übungen zum Wecken des Qi | Bewegungsübungen | Atemübungen | die 8 BaGua Übungen | Geh- und Stehmeditationen

**Gesamt: 150 Fachpraxis-Ausbildungsstunden à 60 Minuten**

### Abschluss für Lizenz A:

Praktische Prüfung nach jedem Wochenende P 1-2 bis P 5-2.

### Information:

Ein Teil der Fachpraxis kann nach Rücksprache auch in laufenden Kursen im Myochu QiGong Studio erworben werden. In diesem Fall verringert sich die Zahl der Wochenenden.



## Kursleiter Basic – Lizenz B

### Lizenz A und zusätzliche Fachseminare

jeweils

2 x Freitag von 17 bis 21 Uhr

Heimarbeit mit Ausarbeitung von Vorträgen (4 Stunden)

1 x Freitag von 17 bis 20.00 Uhr: Theoretische Prüfung / Präsentation der Vorträge - Feedback

### 1. Ausbildungsjahr– jeweils 15 Stunden – Präsenz/Online

#### Modul 03 Naturwissenschaftlich-medizinische Grundlagen

**Anatomie und Physiologie** – Grundkenntnisse

Dozentin: Sportwissenschaftlerin Karin Gmelch

#### Modul 11 Fachwissenschaftliche Kompetenz

**Grundlagen der Traditionellen Chinesischen Medizin**

Dozentin: Sigrid Hummel

### 2. Ausbildungsjahr – jeweils 15 Stunden – Präsenz/Online

#### Modul 01 Fachwissenschaftliche Kompetenz

**Fachbezogene Psychologie:** Psychologische Grundlagen menschlichen Erlebens und Verhaltens

Dozentin: Anja Schorr

#### Modul 02 Fachwissenschaftliche Kompetenz

**Fachbezogene Pädagogik und Didaktik:** Grundlagen der Didaktik und Lernmethodik

Dozentin: Anja Schorr

#### Modul 04 Naturwissenschaftlich medizinische Grundlagen

Grundlagen der **Sportanatomie und Sportphysiologie**

Dozentin: Sportwissenschaftlerin Karin Gmelch



### 3. Ausbildungsjahr – 2 Wochenenden à 15 Stunden – Präsenz

#### Wochenende P 6

##### Supervision und praktische Prüfung

Gesundheits-QiGong 8 edle Brokatübungen | 18 Formen der Harmonie | Shaolin Knochenmark QiGong

#### Wochenende P 7

Supervision und praktische Prüfung

Gesundheits-QiGong MaWangDui | Shaolin BaGua QiGong

#### Gesamt: 255 Ausbildungsstunden à 60 Minuten

180 Stunden Fachpraxis und 75 Stunden fachwissenschaftliche Kompetenz, naturwissenschaftlich-medizinische Grundlagen und Traditionelle Chinesische Medizin

#### Abschluss für Lizenz B:

Praktische Prüfung in den Modulen P 6 und P 7.

Schriftliche theoretische Prüfungen

Vorlage und Präsentation aller Heimarbeiten

Ausarbeitung eines Kurskonzeptes nach Wahl

### Kursleiter Professionell – Lizenz D

Lizenz B und zusätzlich 120 Stunden Fachpraxis bei Myochu QiGong

#### Gesamt: 375 Ausbildungsstunden à 60 Minuten

#### Abschluss Lizenz D:

Prüfungen, siehe Lizenz B

Praktische Prüfung der zusätzlich erlernten Formen

Nachweis von 50 Stunden Unterrichtstätigkeit



## Kursleiter Prävention – Lizenz E

**Lizenz B** und zusätzlich 7 Workshops à 15 Stunden an der Qilin Akademie

**Gesamt: 360 Ausbildungsstunden à 60 Minuten**

### **Abschluss** Lizenz E:

Prüfungen, siehe Lizenz B

Teilnahme an den Workshops der Qilin Akademie

Nachweis von 200 Stunden Unterrichtstätigkeit (abhängig vom Grundberuf)

### **Folgende Module müssen an der Qilin Akademie absolviert werden:**

Modul 05 Fachwissenschaftliche Kompetenz

Medizinisches Grundlagenwissen 1: Wechselseitiger Einfluss von Körper, Geist, Psyche und Sozialem / Mind Body-Medizin

Modul 06 Fachübergreifende Kompetenz

Grundlagen der Gesundheitsförderung und Prävention 1: Handlungsfelder und Softskills für Kursleiter

Modul 07 Fachwissenschaftliche Kompetenz

Medizinisches Grundlagenwissen 2: Wechselseitiger Einfluss von Körper, Geist, Psyche und Sozialem / Aktueller Stand der Forschung und Biopsychosoziales Modell

Modul 08 Fachwissenschaftliche Kompetenz

Philosophie und Geschichte: Philosophische und historische Quellen, Klassische Texte der östlichen Philosophie

Modul 09b Fachwissenschaftliche Kompetenz

Entwicklungsgeschichte des Qigong

Modul 10 Fachwissenschaftliche Kompetenz

Naturwissenschaftliche Grundlagen 3: Nervensystem, Entstehung von Stress, Wechselwirkungen der Körpersysteme

Modul 12 Fachübergreifende Kompetenz

Grundlagen der Gesundheitsförderung und Prävention