

ANMELDE-FORMULAR

Unity-Seminarzentrum e.V.

Hochkopfstr. 2, D-79682 Todtmoos

Tel: 07674 - 594, Fax: 07674 - 1064

E-Mail: kontakt@lichtquell.de, www.lichtquell.de

Bürozeiten ganzjährig: Mo - Do 10.00 - 12.00 Uhr,
danach Bandaufzeichnung

Doris Preuninger

Als Diplom Biologin und Naturpädagogin leitete ich viele Jahre in Kaiserslautern ein Ökologieprogramm mit zeitweise 500 Mitarbeitern im sozialen Arbeitsfeld.

Der Same meiner Spiritualität wurde gelegt nach schwerer Krankheit. Ich folgte mit großem Interesse einem vom Schöpfer geführten Pfad, der mir neue Kräfte aber auch neue Perspektiven eröffnete zu essentiellen Lebensfragen: Wer bin Ich? Was ist meine Lebensaufgabe in dieser Welt? Wohin gehe ich?

Mein Herzensweg führte mich zur Yoga-lehrerin, Yogatherapeutin, Qigong Lehrerin, Tanzpädagogin und Bewusstseinscoach nach der Yogasolanmethode.

Bewegung, Atmung, Meditation, Studium der Schriften, Lebensfreude und Dankbarkeit sind meine steten Begleiter.

Ich gab der Natur noch mehr Raum auf meinem Lebensweg und arbeite aktuell als Kursleiterin für Waldbaden, Naturmeditation, Naturresilienztraining und Naturcoaching.

Die Energiearbeit ist ein Hauptbestandteil meines Lebens, mit dem Leben fließen.

EINATMEN
AUSATMEN
LÄCHELN

45 Jahre Lichtquell-Seminare

Doris Preuninger



Qi Gong trifft Shin Rin Yoku - Waldbaden

06.07. - 11.07.2026



Seminarthema 1: _____

Seminarwoche 1 vom _____ bis _____

Seminarthema 2: _____

Seminarwoche 2 vom _____ bis _____

Es werden keine festen **Seminargebühren** erhoben. Diese richten sich nach dem Ermessen und den Möglichkeiten der Seminarteilnehmer.

Zimmerwunsch: (inkl. Halbpension – vegetarisch)

- Einzelzimmer(Nord) € 425,00
- Einzelzimmer(Süd) € 450,00
- Einzelzimmer mit Du/WC (Nord) € 500,00
- Einzelzimmer mit Du/WC (Süd) € 550,00
- Doppelzimmer 2 Pers. (Süd) € 800,00
- Doppelzimmer 2 Pers. mit Du/WC (Süd) € 900,00
zzgl. Kurtaxe

- Bitte holen Sie mich am Seminar-Montag um 17:15 Uhr am **Bahnhof Freiburg im Breisgau beim Informationsschalter in der Haupteingangshalle** ab.
Hin- und Rückfahrt € 70,00

Die Anmeldung wird nach Erhalt unserer Reservierungsbestätigung wirksam.

Vor- und Zuname

Straße, Hausnr.

Land, PLZ, Ort

Telefon

Mailadresse

Datum

Unterschrift

www.lichtquell.de
E-Mail: kontakt@lichtquell.de



Qi Gong trifft Shin Rin Yoku - Waldbaden

06. bis 11. Juli 2026

Seminarleiterin: Doris Preuninger

Qi Gong ist die wunderbare Arbeit mit der inneren Energie der Lebensenergie. Shibashi, auch bekannt als die 18 Gesundheitsübungen des Qi Gong, ist Meditation in Bewegung.

Östliche und westliche Spiritualität verbinden sich hier - spüre Erdverbundenheit und schaue gleichzeitig himmelwärts. Verspannte Muskeln lockern sich, der Energiefluss im Körper harmonisiert sich, der Geist wird ruhig und wach. Regulation von Bewegung, Haltung, Atmung, meditativen Momenten und Wachheit führen Dich zur Zentrierung, Selbstentwicklung.

Wo darf in Dir Heilung geschehen?

Shibashi trifft Elemente aus dem Waldbaden und Naturcoaching. Wir legen einen Elementekreis mit Naturmaterialien.

Neugierig? Ich lade Dich ein zu dieser gemeinsamen Reise mit dem Ziel, Dir neue Handlungsspielräume zu eröffnen, rituelle Lebensübergänge zu gestalten

Webe Dein Lebensnetz neu und bunt wie das Herbstlaub.

Die Abende klingen mit geführten Klangschalenmeditationen aus.

Qi Gong ist für Jeden geeignet. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Ich freue mich auf Dich und unsere gemeinsame Reise.



Lichtquellsegen

**Aus Dir strahlt Gottes ewige Liebe.
Gottes Friede segnet Dich.
Seine Gegenwart erleuchtet jetzt
Dein Herz,
nun und in Ewigkeit.**

