



**Pan Gu Shengong**

<https://pangushengong.ch>

**Pan Gu  
Shen Gong  
(Moving Form)**

-

**Workshop**

(ca. 3 Stunden)

**in Büriswilen/Al**

"Ich bin ich und ich bin göttlich"

Jeder Mensch ist einzigartig und wertvoll  
und mit einer göttlichen Essenz aus-  
gestattet.

Dies gilt es zu erkennen und zu akzeptie-  
ren, damit du deine eigene Bestim-  
mung findest und ein erfülltes, selbst-  
bestimmtes Leben führen kannst.

"Ich bin ich und ich bin göttlich"  
erinnert dich daran, dass du Teil eines  
grösseren Ganzen bist und du dir dei-  
ner Verbindung zur Schöpfung be-  
wusst sein darfst.

**Thomas Seis**

**+41 77 964 03 34**

<https://avatar-salarium.ch>

## Workshop-Inhalt:

PanGuShenGong (Pan Gu mystisches Qi Gong, PGSG) ist ein Weg um Qi (Lebensenergie) aus dem Universum zu absorbieren, die Krankheiten zu bekämpfen und die Gesundheit zu verbessern. Grundlegende Philosophie und Praxis ist die Güte und das Wohlwollen. Es reguliert und stärkt die Lebensenergie und das Immunsystem. Mehr dazu auf meiner Homepage...

PGSG, eine besondere Form des Qigong, ist einfach zu erlernen und die Vorteile für die Gesundheit und das Wohlbefinden sind sofort erfahrbar. PGSG, ein vollständiges System von Qigong-Übungen, besteht aus der Moving Form, der Non-Moving Form und der Advanced Form. Positive Effekte einer regelmäßigen Übungspraxis sind:

- . Balance, Harmonie, Innere Ruhe
- . Stärkung des Immunsystems
- . Gesteigertes Wohlbefinden, Glück & unerschöpfliche Vitalität

Die Wirkungen des PGSG sind individuell verschieden und hängen von den eigenen Bemühungen des Praktizierenden ab.

Die bewegte Form ist die Grundlage des PGSG und dauert etwa 30 Minuten. Sie kultiviert das Qi und fördert, Gesundheit, Vitalität, Ausgeglichenheit und ein Gefühl des Wohlbefindens durch die Stärkung der Lebenskraft. Natürliche Körperhaltungen werden durch entspannende und meditative Körperbewegungen und Atemübungen in langsamem Tempo verbunden. Sie können in jedem Alter und ohne besondere Vorkenntnisse praktiziert werden.

**Die Teilnehmerzahl ist je „PanGuShen Gong“ - Workshop auf mindestens 4 und maximal 8 Personen begrenzt.**

## Workshop Leitung

### Thomas Seis

Enkel und Schüler einer Kräuterhexe, Shaolin-Mönch, 360°-Energetiker, Komplementärtherapeut und ausgebildeter Psychologe. Ehemals persönlicher Schüler von Taichi- und Qigong-Grossmeister Ou Wen Wei.

### Wann

Freitag, 01.09./15.09./06.10./03.11.2023

jeweils 19.00 – 22.00 Uhr

oder

Freitag, 12.01.2024

jeweils 19.00 – 22.00 Uhr

### Wo

Restaurant Tobelmühle

Berneckerstrasse 7

CH-9442 Büriswilen

Parkplätze genügend vorhanden

### Veranstalter

Energetik-Praxis Thomas Seis

Berneckerstrasse 7

CH-9442 Büriswilen

### Kosten:

CHF 90.00 CHF (inkl. Skript)

Für die gemeinsame Verpflegung bringt bitte alle etwas mit, sprecht euch bitte miteinander ab.

## Workshop-Anmeldung:

Hiermit melde ich mich/ uns verbindlich an für den Workshop am (Wunschtermin bitte ankreuzen):

- 01.09.**  **15.09.**  **06.10.**  **03.11.2023**  
 **12.01.2024**

Name: .....

Vorname: .....

Straße: .....

PLZ/Ort: .....

Telefon: .....

E-Mail: .....

Anzahl TeilnehmerInnen: .....

oder melde Dich direkt hier an:

**+41 77 964 03 34**

**anmeldung@avatar-salarium.ch**

Barzahlung oder Twint-Überweisung beim Workshop. Komme sehr gerne in bequemer Kleidung und nimm eine Isomatte, Kissen und wenn Du magst, eine leichte Decke mit. Es gelten die AGBs auf meiner Homepage (<https://avatar-salarium.ch>).

**Ich freue mich auf dich!**