

**Dr. med. Anna Mietzner**

Fachärztin für Allgemeinmedizin, 2002-2022 Privatpraxis für TCM, Schwerpunkte CAT, Akupunktur, Qi Gong. 1985/1986 Akupunkturausbildung in Sri Lanka. 1990-1991 einjähriger Aufenthalt an der Jinan Universität in Kanton/V.R. China: Studium der Chinesischen Arzneitherapie, Weiterbildung in Akupunktur, Studium der chinesischen Sprache. DÄGfA Dozentin für CAT seit 2002. Qi Gong seit 1988, 1996-1999 Zen-Ausbildung, seit 1999 in ständiger Aus- und Weiterbildung bei Liu Ya Fei, ihre Übersetzerin aus dem Chinesischen.



Seit 2006 Co-Dozentin und inhaltliche Organisatorin 3-jähriger Ausbildungen für medizinisch-therapeutisches Qi Gong mit Liu Ya Fei. DÄGfA Dozentin für Qi Gong seit 2017, auch Leiterin der Fachkommission Qi Gong, seit 2022 Leiterin der Ausbildung für medizinisch-therapeutisches Qi Gong der DÄGfA zur Kursleitung von Präventionskursen.

**Dr. med. Petra Wüller**

Fachärztin für Augenheilkunde, nach über 20-jähriger Tätigkeit als Kassenärztin seit 2009 niedergelassen in privater ärztlicher Praxis für Integrative Medizin mit Schwerpunkt TCM (Meister der Ost-Asiatischen Medizin DÄGfA 2012) und Mind-Body Medizin (Universität Duisburg-Essen 2008), Qi Gong Kursleiterin (DQGG 2013) und Ausbildung im med. Qi Gong (Nei Yang Gong 2015), Weiterbildung psychosoziale Onkologie (Dt. Krebsgesellschaft 2014).



Seit 2018 DÄGfA Dozentin für Qi Gong, seit 2022 Dozentin für die Ausbildung für medizinisch-therapeutisches Qi Gong der DÄGfA zur Kursleitung von Präventionskursen.

**Christoph Colling**

Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie (VT), Akupunktur, Naturheilverfahren; Fortbildung in methoden-integrativer Traumatherapie und EMDR; laufende Weiterbildung in Manueller Medizin; Dozent der DÄGfA. QiGong seit 2005, Ausbildung seit 2018 bei Dr. Mietzner und Dr. Wüller. GKV-anerkannter Kursleiter für u.a. Rückenschule, Stressbewältigung, AT, PMR. Mehrjährige überärztl. Tätigkeit in Psychosomatik und Schmerztherapie.



**Dr. med. Iris Abramowski**

Fachärztin für Orthopädie seit 1996, bis zur Niederlassung klinisch operativ ausgerichtete Tätigkeit, seit 2002 niedergelassen in eigener Kassenarztpraxis mit Interessenschwerpunkten Akupunktur, Qi Gong, Osteopathie und Manuelle Medizin.



Studienreise 2019 – Ausbildungszentrum für medizinisches Qi Gong Beidaihe (China) bei Prof. Liu Ya Fei, seitdem in ständiger Aus- und Weiterbildung für medizinisch-therapeutisches Qi Gong bei Prof. Liu Ya Fei sowie Dr. Anna Mietzner, Dr. Petra Wüller und Elke Allinger, seit 2022 Unterrichtserlaubnis für therapeutisches Qi Gong (Nei Yang Gong I) nach abgeschlossener 3-jähriger Ausbildung am Nei Yang Gong Zentrum Berlin.



**Deutsche Ärztegesellschaft für Akupunktur e.V.**

- Qualitätsstandard seit 1951
- Authentische Dozenten
- Für die tägliche Praxis
- Zertifiziert durch ÄK
- Gemeinnützig
- Wissenschaftsförderung
- Rund 85 Qualitätszirkel
- Internationale Anerkennung



**Kurszeiten:**

09.00-13.00 Uhr und 14.00-18.00 Uhr

**Kosten:**

Regulär für Mitglieder: 190 Euro/Kurstag 10 UE  
Blockbuchung für Mitglieder M6 und M7 (110 UE):  
Regulär 1.900 Euro (statt 2.090 Euro)  
Ermäßigt 1.600 Euro  
Studenten 950 Euro

**Symposium:**

100 Euro für Mitglieder / 120 Euro für Nichtmitglieder

Informationen und Kursbuchung  
im Internet oder telefonisch:



**Deutsche Ärztegesellschaft für Akupunktur e.V. (DÄGfA)**

Fortbildungszentrum · Würmtalstr. 54 · 81375 München  
Tel. 089 71005-11 · fz@daegfa.de · www.daegfa.de



**DÄGfA**

Kompetenz und Erfahrung in Akupunktur  
und Chinesischer Medizin seit 1951

**Qi Gong**

**氣功**

Ausbildung 2024-2025



**Deutsche Ärztegesellschaft für Akupunktur e.V.**

**www.daegfa.de**

## Liebe Kolleginnen, liebe Kollegen,

Qi Gong als Entspannungs- und Präventionsmethode erfreut sich zunehmender Beliebtheit. Bekannt und auch durch Studien belegt sind positive Wirkungen auf Atmung und andere vegetative Funktionen und auf Beschwerden im Bewegungsapparat.

Die Anwendung von Qi Gong als gezielte Therapiemethode – als eine der fünf Säulen der Chinesischen Medizin – ist im europäischen Raum jedoch wenig verbreitet.

Die Ausbildung der DÄGfA möchte Sie in Theorie und Praxis mit diesen verschiedenen Aspekten des medizinischen Qi Gong vertraut machen.



### Struktur und Inhalte

Die Grundlagen, die für alle Qi Gong Formen gelten, lernen Sie im Einführungskurs kennen. Das Modul 6 dient dazu, Qi Gong als Therapieverfahren vorzustellen, dies passiert am Beispiel eines häufig auftretenden Krankheitsbildes. In den folgenden fünf Leistungskursen, thematisch den Wandlungsphasen zugeordnet, werden stille und bewegte Übungen unterrichtet, die bei Erkrankungen oder Störungen im jeweiligen Bereich eingesetzt werden können.

Neben dem theoretischen Hintergrund nimmt die Übe-Praxis einen breiten Raum ein: das Erlernen der äußeren Form, das Erspüren der inneren Reaktionen darauf und die geistige Ruhe und Konzentration, die dabei entsteht.

Die Kurse sind aufeinander aufbauend, können aber auch einzeln gebucht werden. Der Gesamtblock wird als Leistungskurs zur Ausbildung „Meister der Ost-Asiatischen Medizin DÄGfA“ anerkannt.

Ihr DÄGfA-Team

### M1 K11 Einführungskurse

10.05.2024	Bad Nauheim	Colling
20.10.2024	München	N.N.

### M6 Qi Gong als Therapiemethode

Am Beispiel Hypertonus werden nach Chinesischer Diagnose jeweils dazu passende „Qi Gong Rezepte“ mit stillen, bewegten und Massage-Übungen erstellt und geübt.

06.05.2024	Bad Nauheim	Wüller
10.11.2024	Berlin	Mietzner

### M7 Qi Gong Leistungskurse

In den fünf Leistungskursen wird mit den Methoden des Nei Yang Gong – Innen Nährendes Qi Gong – gearbeitet. Die aktuelle Traditionshalterin dieses alten Übungssystems ist Liu Ya Fei, leitende Qi Gong Ärztin der Klinik in Beidaihe/VR China. Die bewegten Formen sind aus der Reihe „Wandle Muskeln und Sehnen und bewege das Qi“. Im Verlauf der 5 Leistungskurse lernen Sie die gesamte bewegte Form kennen.

#### Leistungskurs 1 – Wandlungsphase Erde

Theorie: Übungen zur Kräftigung von Mi/Ma – Stabilität, Mitte

Bewegt: Hebe das Klare, senke das Trübe  
Den Himmel stützen die Erde stoßen

Massage: Bauchmassage, Mundübungen

Still: Zhong Wan (Ren 12 öffnen und schließen)

21./22.09.2024	Berlin	Mietzner / Abramowski
----------------	--------	-----------------------

#### Leistungskurs 2 – Wandlungsphase Metall

Theorie: Übungen zur Stärkung der Lunge  
Austausch und Schutz

Bewegt: Gegen den Strom das Boot stoßen  
Sonne und Mond hinterher laufen  
Den Körper drehen und auf den Tiger zielen

Massage: Tan Zhong drücken · Leitbahnmassage Arme  
Nasen (Erkältungsmassage)

23./24.11.2024	Berlin	Wüller
----------------	--------	--------

#### Leistungskurs 3 – Wandlungsphase Wasser

Theorie: Übungen zum Aufbau der Niere – Essen,  
Ausgleich von Yin / Yang

Bewegt: Zurückgelehnt die Sterne betrachten  
Je älter der Baum, umso tiefer die Wurzeln  
Die Himmelssäule aufspannen

Massage: Rückenmassage, Ohrmassage

Still: Ming Men öffnen und schließen

27./28.01.2024	München	Abramowski
25./26.01.2025	Berlin	Abramowski

#### Leistungskurs 4 – Wandlungsphase Holz

Theorie: Übungen zur Harmonisierung von  
Le / Gb – Stressmanagement

Bewegt: Das Qi folgt dem Regenbogen  
Der riesige Drache taucht ins Meer

Massage: Augenmassage, Flanken reiben  
Brust erleichtern und das Qi zum Fließen bringen

Still: Öffnen und Senken / Ganzkörper

16./17.03.2024	München	Wüller
22./23.03.2025	Berlin	Wüller

#### Leistungskurs 5 – Wandlungsphase Feuer

Theorie: Der Geist – Konzentration und Vorstellungskraft  
Übungen für die Ruhe des Herzens

Bewegt: Das Universum im Innern vereinen  
Die Himmelssäule aufspannen  
Das goldene Huhn steht auf einem Bein

Massage: Massage des Herzgebiets, Mundübungen

Still: Stilles Sitzen

25./26.05.2024	München	Wüller
10./11.05.2025	Berlin	Wüller



### Aufbau-Ausbildung zur Kursleitung von Präventionskursen

#### Medizinisches-therapeutisches Qi Gong

Seit Januar 2022 bietet die DÄGfA außer der Basis-Ausbildung (M6 und 5 Leistungskurse) eine Aufbau-Ausbildung über 2.5 Jahre an. Sie vermittelt ein breites Spektrum an stillen und bewegten Übungen, sowie Selbstmassagen aus den verschiedenen Formen des Nei Yang Gong. Diese können vorbeugend und therapeutisch eingesetzt werden. Beide zusammen entsprechen den definierten Anforderungen zur Zertifizierung von Kursangeboten in der individuellen, verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 Abs. 4 Nr. 1 SGB V (Stand: Juli 2019)

Mit dem erfolgreichen Absolvieren von Basis- und Aufbau-Ausbildung erwerben die Teilnehmenden den Abschluss Qi Gong Kursleiter\*in mit Schwerpunkt Nei Yang Gong.

#### Beginn zweiter Ausbildungsgang 03.-06. Oktober 2024

Weitergehende Informationen, Preise und Termine entnehmen Sie bitte der DÄGfA-Broschüre Medizinisch-therapeutisches Qi Gong oder der Homepage der DÄGfA unter:

[www.daegfa.de/ausbildung/Ausbildung-mit-Diplom/Qi-Gong](http://www.daegfa.de/ausbildung/Ausbildung-mit-Diplom/Qi-Gong)