

## Ute Konrad



- Qi Gong Lehrerin  
*Anerkannt nach §20 SGB V*
- TCM Trainerin
- 3 jährige Ausbildung in  
medizinischem Qi Gong und chinesischer  
Medizin *bei Meister Wu Runjin, Arzt für  
traditionelle chinesische Medizin*
- 3 jährige Ausbildung als Taijiquan Lehrerin
- Akupunktur  
*(Ohrakupunktur CAN-Institut,  
Yase-Institut, Dr. Jan Seeber,  
Heilpraktikerschule Wallis )*
- Aqua-Jogging Instructorin
- Staatlich anerkannte Heilerzieherin
- Nordic-Walking Instructorin  
*nach Richtlinien der INWA*
- Wirbelsäulentherapie nach Dorn  
*persönlich bei Herrn Dorn*
- Eventmanagerin
- Mitglied in der DGTCM  
*(deutsche Gesellschaft für traditionelle  
chinesische Medizin)*

## Kontakt

Ute Konrad      Telefon:    06266 - 492  
Bergstraße 2.    Mobil:      0174 - 8170767  
74855             utko@info-aktiv-wellness.de  
Hassmersheim    www.info-aktiv-wellness.de

\*Kurse werden von allen Krankenkassen bezuschusst!\*

Krankenkassen bezuschusst!

## Aktiv- Wellness



Qi Gong

Akupressur/Akupunktur

Tai Chi

chinesische  
Heilmethoden

Nordic-Walking

Prävention



## Kursinhalte Beschreibung

### Qi Gong

Traditionelle chinesische Heilgymnastik. Die Fähigkeit mit der Lebensenergie zu arbeiten. In Zeitlupentempo ausgeführte, einzelne in sich abgeschlossene Übungen. 5 Elementen Lehre.

### Tai Chi

Die Fähigkeit mit der Lebensenergie zu arbeiten. In Zeitlupentempo ausgeführte, fortlaufende Übungen.

### Ohrakupressur - Akupunktur

Durch manuelle Stimulation bestimmter Punkte wird der Energiefluss im Körper angeregt um Staus (Schmerz) aufzulösen.



### Nordic-Walking

Dynamisches Gehen mit speziell entwickelten Stöcken - Ganzkörpertraining.



### Meridiandehnung

Sanft ausgeführte Dehnungsübungen zu entspannender Musik.

### Visualisierung

Den Atem als Verbündeten nutzen.

Bauch, Beine, Po  
Problemzonen gezielt bearbeiten.

## Aktiv-Wellness

traditionelle chinesische Medizin

Qi Gong  
Tai Chi  
Meditation

Visualisierung  
Atemübungen  
Achtsamkeit



Meridiandehnung  
Akupressur  
Akupunktur

## Auf Anfrage

Kurse auch für Spanien buchbar! *Von allen Krankenkassen zu 80% - 100% bezuschusst!*