

ISBC

www.isbc.nl
info@isbc.nl

Qigong Practitioner Opleiding

ISBC

Opleiding & Training

VERMINDERING VAN STRESS

SNELLER ONTSPANNEN

BETERE CONDITIE

BETER SLAAPPATROON

BETERE ALGEMENE GEZONDHEID

TOENAME RUST EN KALMTE

VERMINDERING VAN WOEDE

REDUCEERT ANGSTAANVALLEN

VERMINDERING VAN DEPRESSIE

VERSTERKT SPIEREN EN PEZEN

MENTALE HELDERHEID

VERBETERT HET GEHEUGEN



Qigong Practitioner Opleiding

Bedrijfsgegevens

ISBC

Apollolaan 332
2324 BX Leiden

Telefoon: 06-13905387

Website: www.taochi.nl

E-mail: info@taochi.nl

KvK. nr. 04085487

BTW.nr. NL 111898043B01

Bankrekening nr. NL 48 RABO 0133.2729.23 t.n.v. ISBC



Opleidingsadres:
Koningsplein 37
2518 JH Den Haag

Qigong Practitioner Opleiding

Wat is Qigong?

Qigong (Chi Kung) is één van de krachtigste pijlers van de Traditionele Chinese Geneeskunde. De doelstelling van Qigong is om lichaam en geest in balans te brengen en te houden en zo ziektes en klachten zowel mentaal, emotioneel als fysiek te voorkomen en te bestrijden, zodat men gezond en vitaal kan leven.

Door qigong te beoefenen kun je weer controle krijgen over je lichaam en geest. Je leert door middel van lichamelijke bewegingen (vormen), ademhalingstechnieken, meditatie, visualisatie en aandachtstraining om actief aan jezelf te werken. Doordat men mentaal en fysiek sterker wordt is qigong tevens de basis voor vele krijgskunsten.

Met qigong oefeningen wordt qi (chi) gecultiveerd, beheerst en gestuurd. Qi is volgens de Chinese geneeskunde de kracht die stroomt in al wat leeft. Qi staat voor het Chinese concept van levensenergie; Gong betekent zoveel als "de kunst" of "vaardigheid". Qigong kun je dus vertalen als "het beheersen van en werken met levensenergie".

Door qigong te beoefenen voelt men zich innerlijk rustiger, maar actief en alert in het dagelijkse leven. Men kan makkelijker spanningen van zich afzetten en zit beter in zijn vel. Qigong verhoogt het concentratievermogen, de creativiteit en je kunt je beter focussen. Qigong heeft een zeer positieve werking voor de mentale en fysieke gezondheid zowel preventief als curatief en een van de belangrijkste aspecten van qigong is het ontwikkelen van een scherp bewustzijn.

Qigong kun je beoefenen:

- Om stress en spanning te verminderen
- Ter ondersteuning van een therapie
- Ter bevordering van de gezondheid
- Ter ondersteuning van sporters
- Ter ondersteuning van krijgskunsten

De effecten die je binnen een aantal weken kunt ervaren:

- Een beter slaappatroon
- Je voelt je meer ontspannen
- Het geeft je een grotere kracht
- Een betere conditie
- Je voelt je vitaler en opgewekter
- Je bent meer in balans
- Een groter concentratie vermogen
- Je voelt je zelfverzekerder

Qigong Practitioner Opleiding

Het is gebleken uit diverse studies dat Qigong een positief effect heeft bij de volgende klachten en ziektes o.a.:

- Stress, overspannenheid en Burn-out
- Vermoeidheid (CVS)
- Obesitas - overgewicht
- Angststoornissen
- Depressie
- Concentratie problemen
- Nek-, rug- en schouderklachten
- Fibromyalgie
- Hoge bloeddruk
- SOLK (Somatisch Onvoldoende verklaarde Lichamelijke Klachten)

Manier van les geven:

De qigong die wordt onderwezen bij de Tao Chi Qigong Academy is eclecticische. Dit betekent dat er gebruik wordt gemaakt van verschillende vormen, technieken en methodes uit verschillende stromingen zoals de taoïstische-, boeddhistische- en medische qigong.

De lessen zijn informeel en worden in een veilige en vertrouwde omgeving gegeven. De qigong opleiding is een echte doe opleiding met diverse qigong oefeningen tijdens de lessen.

De qigong practitioner opleiding is een basisopleiding. De lessen zijn zo opgebouwd dat de student na de opleiding qigong oefeningen en technieken op zichzelf kan toepassen en diverse oefeningen over kan brengen op cliënten of integreert in een training of workshop.

Accreditatie:

De Qigong practitioner opleiding is erkend als bij- en nascholing door de KTNO, LVNG, NVST, V.B.A.G en Batc.



Kwaliteit en Toetsing
Natuurgerichte
Opleidingen



Qigong Practitioner Opleiding

Algemene info opleiding qigong practitioner

Studieduur:

10 lessen van 6 uur incl.

1 examen dag

140 uur zelfstudie voor oefenen en theorie

Lestijden:

10:00 tot 17:00

Data opleiding:

Zaterdag

1-15-29 september 2018

6-13 oktober 2018

3-17 november 2018

1-8 december 2018

12 januari 2018

Wat neem je mee tijdens de les:

Makkelijk zittende kleding

Tai Chi schoenen, sportschoenen met gladde zool of je traint op je sokken

Een goed humeur

Opleidingsplaats:

Koningsplein 37

2518 JH Den Haag

Studiemateriaal:

Syllabus

DVD met Qigong oefeningen

E-mail en telefonische begeleiding

Wat wordt er van de student verwacht?

Er wordt van de student een actieve bijdrage gevraagd. Dat betekent thuis oefenen en trainen om de diverse qigong vormen, technieken en theorie te beheersen.

Examen:

Om je te certificeren doe je examen. Hij/zij krijgt hierop feedback. Ben je geslaagd en heb je voldaan aan de betalingsverplichting, dan ontvang je het certificaat qigong practitioner.

Qigong Practitioner Opleiding

Voor wie is de Qigong opleiding bedoeld?

De qigong practitioner opleiding is bedoeld voor iedereen die zichzelf mentaal, fysiek, emotioneel en spiritueel wil ontwikkelen. De opleiding is ook ontwikkeld als bij- en nascholing voor iedere professional die qigong wil integreren in zijn of haar lessen en trainingen of cliënten helpt met stressgerelateerde klachten. De qigong gebruik je dan in een professionele zetting, voortvloeiende uit het beroep waarin je werkzaam bent.

Beroepen waar je qigong kunt integreren zijn o.a.:

- Shiatsu, tuina en soma therapeuten
- Acupuncturisten
- (stress) Coaches
- Mindfulness trainers
- Yoga en Do-In docenten
- Psychologen
- Counselors
- Hulpverleners in de geestelijke gezondheidszorg



Qigong Practitioner Opleiding

Inhoud opleiding:

- Hoofdstuk 1.** Wat is qigong
Geschiedenis van qigong
- Hoofdstuk 2.** Voorbereidende oefeningen
Basishouding
De ademhaling en ademhalingsoefeningen
- Hoofdstuk 3.** Diverse warming up en stretching oefeningen
- Hoofdstuk 4.** Verschillende qigong vormen zoals de:
Harmony, Tao Chi Gong, Jizhu gong, Swimming Dragon, The three whips,
Shaolin Li Gong, Bone Marrow Cleansing, Dragon Pearl
- Hoofdstuk 5.** (Zelf) massage technieken
- Hoofdstuk 6.** Wat is meditatie, praktijk en theorie:
Zen / Chan, De zes klanken meditatie, orgaan meditatie
- Hoofdstuk 7.** Basisbegrippen in de Chinese geneeskunde:
Qi, de dantians, de meridianen, San Bao, Yin en Yang, Wu Wei,
Wuji, de vijf elementen en acupunctuurpunten
- Hoofdstuk 8.** Taoïstische en boeddhistische verhalen
- Hoofdstuk 9.** Stress en zijn werking
- Hoofdstuk 10.** POP (persoonlijk ontwikkelingsplan)

Qigong Practitioner Opleiding

INSCHRIJFFORMULIER

Qigong practitioner opleiding

Gegevens deelnemer/deelnemster

Voornaam	
Achternaam	
Geboortedatum	
Straatnaam huisnummer	
Postcode woonplaats	
Land	
Telefoon	
Email	

Factuurgegevens (afwijkend van bovenstaande gegevens)

Bedrijf/organisatie	
T.a.v.	
Straatnaam huisnummer	
Postcode woonplaats	
Land	
Telefoon	
Email	

Qigong Basisopleiding € 995,- incl. 21% btw. Start 1 september 2018.

Inschrijven betekent dat u akkoord gaat met de algemene voorwaarden.

Handtekening_____ Datum_____

Plaats_____

Het inschrijfformulier kunt u sturen naar:

ISBC

Apollolaan 232

2324 BX Leiden.

U kunt het lesgeld overmaken op bankrekeningnr.: NL 48 RABO 0133.2729.23 t.n.v. ISBC, onder vermelding van het factuurnummer.

Qigong Practitioner Opleiding

Artikel 1 Algemeen

1. De inschrijving door de student is mogelijk door het toezenden van het volledig ingevulde inschrijfformulier per post. Na inschrijving ontvangt u van ons een bevestiging en een factuur voor het verschuldigde lesgeld. Het lesgeld dient bij vooruitbetaling te worden voldaan. Inschrijving vindt plaats op volgorde van binnenkomst. Door inschrijving geeft de student te kennen onze algemene voorwaarden gelezen te hebben en te accepteren.
2. Uw naam en adresgegevens zullen alleen door ons gebruikt worden om u op de hoogte te houden van onze activiteiten en de voortgang van de opleiding.

Artikel 2 Annulering

- 2.1. Inschrijving geldt voor de duur van de losse module, cursus, workshop, training of opleiding waarvoor de student zich heeft aangemeld.
- 2.2. Bij onvoldoende inschrijvingen of overmacht heeft het ISBC het recht de opleiding te annuleren. Het eventueel betaalde lesgeld wordt volledig terugbetaald.
- 2.3. Bij annulering door de student tijdens, voor of na de geplande aanvangsdatum van de opleiding of losse module is het volledige lesgeld verschuldigd.
- 2.4. ISBC opleidingen accepteert geen verantwoordelijkheid voor het uitvallen van de losse modules, cursussen, trainingen, workshops en opleidingen. U kunt geen financieel beroep op ons doen bij het onverhoopt uitvallen van een les. Uiteraard zal ISBC opleidingen al het mogelijke ondernemen om het plotseling uitvallen van lessen te voorkomen.

Artikel 3 Aansprakelijkheid

- 3.1. ISBC opleidingen is niet aansprakelijk voor diefstal en is niet aansprakelijk voor ongevallen, blessures of calamiteiten tijdens studieactiviteiten.
- 3.2. Op alle met de student gesloten overeenkomsten is het Nederlands recht van toepassing, ongeacht de woonplaats van de student.

Artikel 4 Overmacht

- 4.1 ISBC opleidingen is niet gehouden tot het nakomen van enige verplichting jegens de student c.q. opdrachtgever indien hij daartoe gehinderd wordt als gevolg van een omstandigheid die niet is te wijten aan schuld, en noch krachtens de wet, een rechtshandeling of in het verkeer geldende opvattingen voor zijn rekening komt.

Artikel 5 Opschorting, ontbinding en tussentijdse opzegging van de overeenkomst

- 5.1. ISBC opleidingen is bevoegd de nakoming van de verplichtingen op te schorten of de overeenkomst te ontbinden, indien de student de verplichtingen uit de overeenkomst, niet volledig of niet tijdig nakomt.
- 5.2. Voorts is het ISBC bevoegd de overeenkomst te ontbinden indien zich omstandigheden voordoen welke van dien aard zijn dat nakoming van de overeenkomst onmogelijk is of indien er zich anderszins omstandigheden voordoen die van dien aard zijn dat ongewijzigde instandhouding van de overeenkomst in redelijkheid niet van ISBC opleidingen kan worden gevergd.
- 5.3. Indien ISBC opleidingen tot opschorting of ontbinding overgaat, is ISBC opleidingen op generlei wijze gehouden tot vergoeding van schade en kosten daardoor op enigerlei wijze ontstaan.
- 5.4. Indien de overeenkomst tussentijds wordt opgezegd door het ISBC, zal het ISBC zorgdragen voor terugbetaling van dat deel van het cursusgeld waarvoor de student nog geen levering van dienst heeft gehad. Dit tenzij de opzegging aan de student toerekenbaar is, zoals in geval van wangedrag of misbruik van de naam of logo van het ISBC.

Artikel 6 Veiligheid

- 6.1 De deelnemer wordt geacht de veiligheidsinstructies en -normen te volgen.
- 6.2 De deelnemer dient voor aanvang van de module, cursus, workshop, training of opleiding te melden bij het ISBC of hij/zij fysieke of mentale klachten heeft.