

ISBC

www.isbc.nl
info@isbc.nl

Tao Chi Qigong Academy
www.taochi.nl
info@taochi.nl

Qigong Instructeur 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 instructeur opleiding

Bedrijfsgegevens

ISBC

Apollolaan 332

2324 BX Leiden

Telefoon: 06-13905387

Website: www.taochi.nl

E-mail: info@taochi.nl

Website: www.isbc.nl

E-mail: info@isbc.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 instructeur opleiding

De Docent

25 jaar geleden ben ik voor het eerst in aanraking gekomen met qigong in China.

Tijdens mijn bezoek aan het universiteitsziekenhuis in Chengdu stonden mensen fysieke oefeningen te doen. Het bleek qigong te zijn en ik vond het fascinerend. Dr. Chen die mij begeleidde legde uit, door qigong te beoefenen kan je je eigen immuuniteitsstelsel, je ademhalingsstelsel, je hart en bloedvatstelsel, je zenuwstelsel, je hormoonstelsel en je verteringsstelsel versterken. Het mooie is dat traditionele Chinese geneeskunde en westerse geneeskunde harmonieus naast elkaar kunnen worden toegepast. Sindsdien bestudeer en beoefen ik qigong bij diverse nationale en internationale leraren en leer ik nog dagelijks.

Door jaren gereisd te hebben in Amerika, China, Tibet, India, Sri Lanka, Nepal en het Midden-Oosten ben ik in aanraking gekomen met diverse methodes en technieken op het gebied van gezondheid en algemeen welzijn en heb ik les gekregen van diverse leraren in qigong, meditatie, aandachtstraining en bewustwording.

Eén van mijn leraren waar ik mijn opleiding hebt gevolgd, had als uitgangspunt: 'denk niet in één qigong stijl'. Eén stijl beperkt je in je ontwikkeling. Beoefen en ervaar het eerst op de manier van je leraar en kijk wat er gebeurt met je fysiek, metaal, emotioneel en spiritueel welzijn. Leer dan van andere leraren andere methodes. Na een aantal jaren komt de volgende fase: improviseer en creëer je eigen methode.

Zo is ook de Tao Chi qigong Academy ontstaan. Na jaren qigong les hebben gegeven, en in mijn praktijk honderden cliënten hebt geholpen met diverse fysieke, emotionele en mentale klachten, was het tijd om deze methode door te geven. Zo is een aantal jaren geleden de qigong opleiding ontstaan. Ontwikkeld uit jaren training en studie bij diverse leraren en instructeurs.

Hierbij dank ik mij leraren, instructeurs en degene die mij geïnspireerd hebben.

Met een warme groet,
Ron Wiggers

Qigong instructeur 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 geef 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 instructeur 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 bij de Tao Chi Qigong Academy wordt onderwezen is eclectische. 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. Het zwaartepunt tijdens de lessen ligt meer op de praktijk dan op de theorie.



Qigong instructeur opleiding

Algemene info Qigong instructeur opleiding

De qigong instructeur opleiding is een unieke opleiding in Nederland. Het is een combinatie van qigong groepslessen en privélessen. Qigong instructeur worden is meer dan het aanleren van qigong vormen. Het gaat er ook om dat je als persoon fysiek, mentaal, emotioneel en professioneel groeit. Daarom bestaat de qigong groep maar uit acht studenten zodat iedere student maximale aandacht krijgt.

De qigong instructeur opleiding wordt één keer per jaar gegeven en de opleiding bestaat uit 16 lesdagen, 4 uur privéles en 220 uur aan thuisstudie/training in Qigong vormen, technieken, methodes, meditatie en theorie.

Voor wie is de Qigong instructeur opleiding bedoeld?

De qigong instructeur opleiding is bedoeld voor iedereen die les wil geven in Qigong en voor iedere professional die cliënten helpt met fysieke en/of mentale klachten. 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.:

- Acupuncturisten
- Shiatsu therapeuten
- Tuina therapeuten
- (Stress) coaches
- Mindfulness trainers
- Yoga docenten
- Psychologen
- Counselors
- Leraren lichamelijke opvoeding
- Docenten en instructeurs in krijgskunsten
- Hulpverleners in de geestelijke gezondheidszorg

Wat is het verschil tussen de qigong practitioner opleiding en de qigong instructeursopleiding?

Het belangrijkste verschil tussen beide opleidingen is dat de qigong practitioner opleiding (basisopleiding) ontwikkeld is voor persoonlijke ontwikkeling en/of de basisoefeningen wil integreren in zijn/haar huidige beroep.

De instructeursopleiding is voor iedereen die de ambitie heeft om les te geven als instructeur in qigong. De qigong instructeur opleiding gaat dieper in op de materie en praktijkoefeningen en je leert les geven voor een groep.

Qigong instructeur opleiding

Toelatingseisen:

- Minimaal 25 jaar
- Een VOG.
- HBO werk- en denkniveau

Een Verklaring Omtrent het Gedrag is een verklaring waaruit blijkt dat uw gedrag in het verleden geen bezwaar vormt voor het vervullen van een specifieke taak of functie in de samenleving.

- Een toelatingsgesprek. Het toelatingsgesprek geeft jou de gelegenheid om inzicht te krijgen in de manier van lesgeven en opleidingsvisie van het ISBC, ook zijn we benieuwd naar wat jou inspireert om de qigong instructeursopleiding te volgen. Het toelatingsgesprek is gratis en vrijblijvend.

Data opleiding en lestijden:

Zondag van 10:00 tot 17:00

9-23 september 2018

7-14 oktober 2018

4-18 november 2018

2-16 december 2018

13-27 januari 2019

10-17 februari 2019

10-24 maart 2019

7-14 april 2019

Aantal deelnemers:

Maximaal 8. Door de groep klein te houden krijgt iedere student maximale aandacht.

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.

Investing:

€ 1995,- incl. 21% btw.

De belasting betaalt mee aan je opleiding.

Stel dat je de qigong instructeur opleiding volgt van € 1995,- dan krijg je van de belastingdienst terug: € 1995,- min € 250,- (drempel) maal het percentage van jouw belastingschijf.

Bij 37% is je voordeel € 645,-

bij 41% is je voordeel € 715,-

bij 52% is je voordeel € 1280,-

Qigong instructeur opleiding

Wat krijg je?

100 uur les

Incl. 4 uur privéles /interview

Syllabus

DVD

E-mail en telefonische begeleiding

Koffie, thee en versnaperingen. Excl. Lunch

Examen:

Om je te certificeren moet je een theorie en een praktijkexamen afleggen. Aan het eind van het examen hoor je of je geslaagd bent. Ben je geslaagd en heb je voldaan aan de betalingsverplichting en minimale 80% van de lessen hebt gevolgd, dan ontvang je het certificaat qigong instructeur dat toegang geeft tot de instructeursopleiding level 1.

De opleiding tot qigong instructeur bestaat uit de volgende onderwerpen:

De theorie:

- Wat is Qigong
- Geschiedenis
- Soorten Qigong
- Wuji
- De Dantian
- Ying en Yang
- De drie schatten: Qi, Jin en Shen
- De vijf elementen: Hout, Vuur, Aarde, Metaal en Water
- De meridianen
- Acupunctuurpunten
- Qigong integreren in je leven
- Stress en zijn werking
- Het leren lesgeven
- Taoïstische en boeddhistische verhalen
- De Qigong instructeur als coach
- De Qigong instructeur als ondernemer

Qigong instructeur opleiding

Qigong praktijkoefeningen:

- Ji Ben Qigong (basisoefeningen)
- Dantian Huxi (de dantian ademhaling)
- Dantian Diao (de dantian afstemmen)
- Reshen (warming up)
- Shenzhan (stretching)
- Zelfmassage en Pai Da technieken
- Concentratie oefeningen

Qigong vormen oa.:

- Tao Chi Gong
- Jizhu gong
- San Bian
- Hexie
- Shaolin Li Gong
- Nei Ji Yi Zhi Chan
- Wild Goose 12
- Swimming dragon
- Dragon pearl

Meditatie:

- Chan/Zen meditatie
- De zes klanken
- De orgaanmeditatie

Accreditatie:

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



Qigong instructeur opleiding

INSCHRIJFFORMULIER

Qigong instructeur opleiding.

Gegevens deelnemer/deelneemster

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 instructeur opleiding € 1995,- incl. 21% btw.

Start zondag 9 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 instructeur opleiding

Algemene voorwaarden opleiding/cursus/workshop/training ISBC

Het ISBC gevestigd aan de Apollolaan 232 2324 BX te Leiden

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.(wijzigingen voorbehouden).