

## Die Kursleiter

### Mirko Nischik

TCM-Therapeut, Heilpraktiker und Krankenpfleger.  
Diplome in Akupunktur, chinesischer  
Arzneimittel-Therapie und chinesischer Tuina-  
Massage. Zahlreiche Fortbildungen über die  
AGTCM - Fachverband für chinesische Medizin.  
Qi Gong (Nei Yang Gong) seit 2011 mit  
Lehrerausbildung 1/2022 – 6/2024 bei der  
Deutschen Ärztesgesellschaft für Akupunktur  
(DÄGfA). Diverse Fortbildungen und  
Intensivseminare im Qi Gong bei Dr. Anna  
Mietzner, Elke Allinger, Beate Müller, Petra  
Bratfisch im Nei-Yang-Gong-Zentrum Berlin, Liu Ya  
Fei, China, Dr. Petra Wüller, Leipzig.

### Dr. Adelheid Faßbender

Fachärztin für Chirurgie und Allgemeinmedizin.  
Zusatzbezeichnung Akupunktur. Qi Gong seit  
2018 mit Lehrerausbildung 1/2022 – 6/2024  
über die deutsche Ärztesgesellschaft für  
Akupunktur. Zahlreiche Fortbildungen und  
Intensivseminare im Qi Gong online und präsent  
bei Dr. Anna Mietzner et al: Nei Yang Gong  
Zentrum Berlin. Prof. Norbert Lotz, AWP Berlin.  
Dr. Petra Wüller: Nei Yang Gong Leipzig. Shou Li  
(Meisterschülerin Liu Ya Fei): Intensivseminar in  
Lüneburg 2019. Meisterin Liu Ya Fei online und  
persönlich im Symposium 2019 der DÄGfA.

## Kontakt

Mirko Nischik: 030-70229870  
[www.chinamed.berlin](http://www.chinamed.berlin)

Dr. Adelheid Faßbender: 033762-48217  
[www.praxis-fassbender-schulzendorf.de](http://www.praxis-fassbender-schulzendorf.de)

## Unser Kursort



Gruppenunterkunft im  
Naturpark Dahme Heideseen

Weg zum Frauensee 1  
15754 Heidesee OT Gräbendorf  
[www.frauensee.de](http://www.frauensee.de)

### Anfahrt mit ÖPNV

Bahnhof Königs Wusterhausen (S, RE), weiter mit  
RVS Linienbus 724 Richtung Streganz bis  
Haltestelle "Gräbendorf, Weg zum Frauensee".  
Anschließend 1 km Fußweg.  
Busfahrplan im Internet:  
[www.rvs-lds.de/fahrplan.html](http://www.rvs-lds.de/fahrplan.html)

### Anfahrt mit dem Auto

Ab Königs Wusterhausen B179 > nach Körbiskrug,  
3. Ausfahrt des Kreisverkehrs auf B246 Richtung  
Storkow/Beeskow.  
oder  
Ab Autobahn A13, Abfahrt Bestensee auf B246  
Richtung Storkow/Beeskow.  
Nach Ortsausgang Gräbendorf nach ca. 2 km  
rechts auf die Zufahrtsstraße abbiegen - KIEZ  
Frauensee ist ausgeschildert.

# Qi Gong

# 氣功

Intensivseminar am Frauensee



11.09.-13.09.2026

## Medizinisches Qi Gong

### Nei Yang Gong

Die Übungsreihe Nei Yang Gong lässt sich historisch bis in die Ming Dynastie (16. Jh.) verfolgen. Der chinesische Arzt Liu Gui Zhen überarbeitete dieses System in den 1950er Jahren zu therapeutischen Zwecken und machte es einer größeren Öffentlichkeit zugänglich. Aktuell ist seine Tochter Liu Ya Fei die Hauptvertreterin dieser Übungsmethode. Sie ist Leiterin einer Qi Gong- und TCM-Klinik in Beidaihe, einem renomierten Kur- und Badeort östlich von Peking, in der das System des Nei Yang Gong gezielt medizinisch und therapeutisch eingesetzt wird.

Nei Yang Gong besteht sowohl aus stillen- meditativen Übungen, gesunderhaltenden Selbstmassagen vom Kopf bis zu den Füßen und einem System von zwei mal 12 fließend bewegten Formen, die jeweils eine Übungseinheit bilden. Das regelmäßige Praktizieren kann den Energiefluß (Qi) von Körper und Geist harmonisieren und dient so der eigenen Gesunderhaltung. Sehr hilfreich ist das System auch zur besseren Stressbewältigung in Alltag und Beruf.

In unserem Wochenendseminar möchten wir mit Ihnen ausgewählte Übungen aus der bewegten Haupt-Form und den gesunderhaltenden Selbstmassagen praktizieren.

Das Seminar ist sowohl für NeueinsteigerInnen, als auch für TeilnehmerInnen, die schon erste Einblicke ins Nei Yang Gong bekommen konnten, geeignet.

## Programm

### Freitag

Anreise und beziehen der Zimmer ab **14.00 Uhr** möglich (im Gästehaus des KiEZ)  
**15.30 – 17.30 Uhr** Einstimmung mit ausgewählten Qi Gong Übungen  
**18:00 Uhr** gemeinsames Abendessen  
Abend zur freien Verfügung

### Samstag

**8.00 Uhr** Frühstück  
**9.00 – 11.30 Uhr** ausgewählte Übungen aus dem Nei Yang Gong  
**12:00 Uhr** Mittagessen  
**14.00 – 17.30 Uhr** Vertiefung ausgewählter Übungen des Nei Yang Gong  
**18.00 Uhr** gemeinsames Abendessen  
Abend zur freien Verfügung  
oder ab **19.30 Uhr** anlässlich des chinesischen Mondfestes  
und des chinesischen Jahres  
des Feuerpferdes Überraschungsabend

### Sonntag

**8.00 Uhr** Frühstück  
**9.00 – 11:30 Uhr** Wiederholung und Vertiefung der Übungen von Samstag  
**12.00 Uhr** Abreise

## Kosten und Anmeldung

**EZ 353 € / DZ 338 € pauschal**

Im Pauschalpreis enthalten:  
Kursgebühr für ca. 10 Stunden Qi Gong  
2 Übernachtungen im Gästehaus und Bettenhaus 3 des KiEZ-Frauensee in einfachen Zimmern mit Du/WC inkl. Bettwäsche  
Abendessen am Freitag  
Frühstück, Mittag und Abendessen am Samstag  
Frühstück am Sonntag  
tgl. Getränke wie Tee, Wasser

Anmeldung ab sofort möglich!  
Kontingent für 18 Teilnehmer  
14 x Einzelbelegung, 2x Doppelzimmer  
Entrichten der Kursgebühr bitte erst nach verbindlicher Anmeldebestätigung:

Dr. Adelheid Faßbender  
Apobank Berlin  
DE 25 3006 0601 0036 239005