

Bildungsangebot-Modul: Yang Sheng - Selbstsorge und Prävention nach TCM

1. Yang Sheng - Selbstsorge und Prävention nach TCM

In diesem Lehrgang erhalten sie eine kompakte fundierte Information „aus erster Hand“ zu Yang Sheng Strategien. Der Unterricht ist sehr praxisbezogen und vermittelt neben TCM- Wissen auch einen Einblick in die gelebte TCM im heutigen China.

KN 1110

Lerntyp	UE
Webinar	18
E-Learning	18
Präsenz	96

1.1. Teil 1, Theorie und Praxis der TCM, Grundlagen von Yang Sheng

Vortragende HongLi Li
Hongying Li
Ch. Katharina Krassnig
Verena Baustädter

Verfügbare Termine

Bildungsangebot-Modul: Yang Sheng - Selbstsorge und Prävention nach TCM

0 UE	Webinar / Online Einführungsabend	11. Apr. 2024, 19:00 - 20:00
	Einführungsveranstaltung:	HongLi Li Li, Hongying Ch. Katharina Krassnig Verena Baustädter Online - zoom
	<ul style="list-style-type: none">• Vorstellung der Vortragenden• Abklären organisatorischer Fragen	
3 UE	E-Learning / EL1, Einführung, Grundlagen	
	Kursmaterialien und Videos zur Vorbereitung auf das Wochenende	
16 UE	Präsenz / P1 Grundlagen für Yang Sheng	20. Apr. 2024, 09:00 - 18:30 21. Apr. 2024, 09:00 - 13:00
	Yin und Yang, 5 Elemente, die Organuhr, die 5 Substanzen (Qi, Blut, Flüssigkeiten Essenz und Geist), Einführung in die Zungendiagnostik- praktische Beispiele	Verein LOK - Kandlgasse, Wien
3 UE	Webinar / W1	15. Mai 2024, 19:00 - 21:30
	Vertiefung des Gelernten, Anwendungsbeispiele	

1.2. Teil 2, Theorie und Praxis der Elemente Metall und Erde, Yang Sheng Praxis

Verfügbare Termine

Bildungsangebot-Modul: Yang Sheng - Selbstsorge und Prävention nach TCM

3 UE	E-Learning / EL 2	
	Materialien und Videos zur Vorbereitung auf den Präsenzunterricht	
16 UE	Präsenz / P2 TCM Grundlagen, Yang Sheng in der Praxis	8. Juni 2024, 09:00 - 18:30 9. Juni 2024, 09:00 - 13:00
	Innere und äußere Krankmachende (pathogene) Faktoren. Die Elemente Metall und Erde, Charakteristika, Meridiane, Akupressur Punkte, Ernährungsratschläge, Einführung in die Pulsdiagnostik	HongLi Li Hongying Li Ramin Nikzad Verein LOK - Kandlgasse, Wien
3 UE	Webinar / W2	
	Vertiefung, Anwendungsbeispiele	19. Juni 2024, 19:00 - 21:30

1.3. Teil 3, Theorie und Praxis der Elemente Wasser und Feuer

Verfügbare Termine

3 UE	E-Learning / EL 3	
	Videos und Materialien zur Vorbereitung auf Präsenztermin	

Bildungsangebot-Modul: Yang Sheng - Selbstsorge und Prävention nach TCM

Verfügbare Termine

16 UE

Präsenz / P3 Grundlagen und Methoden

Die Elemente Wasser und Feuer, Charakteristika, Meridiane,
Wichtige Störungsmuster der 5 Substanzen (Qi, Blut,
Flüssigkeiten Essenz und Geist), Shen Störungen (geistig-
seelische Beeinträchtigungen), Akupressur Punkte,
Ernährungsratschläge

7. Sep 2024, 09:00 - 18:30

8. Sep 2024, 09:00 - 13:00

[Verein LOK - Kandlgasse,](#)
[Wien](#)

3 UE

Webinar / W3

Im Webinar wird das Gelernte vertieft, eigene Erfahrungen und
Anwendungsbeispiele ausgetauscht

11. Sep 2024, 19:00 - 21:30

1.4. Teil 4, Theorie und Praxis des Elementes Holz; Gua Sha, Moxa, Schröpfen

Verfügbare Termine

3 UE

E-Learning / EL 4

Materialien und Videos zur Vorbereitung auf den
Präsenzunterricht

Bildungsangebot-Modul: Yang Sheng - Selbstsorge und Prävention nach TCM

Verfügbare Termine

16 UE

Präsenz / P 4 Element Holz, Gua Sha, Moxa und Schröpfen

Grundlagen; Meridiane, das Element Holz, Charakteristika,
Akupressur Punkte, Ernährungsratschläge

Techniken: Gua Sha, Moxa und Schröpfen, Theorie und
umfangreiche praktische Anwendungen

5. Okt. 2024, 09:00 - 18:30

6. Okt. 2024, 09:00 - 13:00

[HongLi Li](#)

[Li, Hongying](#)

[Ramin Nikzad](#)

[Verein LOK - Kandlgasse,](#)

[Wien](#)

3 UE

Webinar / W4

Vertiefung, Anwendungsbeispiele

16. Okt. 2024, 19:00 - 21:30

1.5. Teil 5, Ernährung nach Yang Sheng und Kochpraxis

Verfügbare Termine

3 UE

E-Learning / EL 5 Ernährung

Videos und Materialien zur Kursvorbereitung

Bildungsangebot-Modul: Yang Sheng - Selbstsorge und Prävention nach TCM

Verfügbare Termine

16 UE

Präsenz / P5 Ernährung und Kochpraxis

Yang Sheng - Ernährung: TCM-Theorie, Ernährungsratschläge für verschiedene Situationen und Beschwerden wie akute Erkältung, Verdauungsbeschwerden, Müdigkeit, Erschöpfung, Unruhe, Schlafstörungen, Kochpraxis

16. Nov. 2024, 09:00 - 18:30

17. Nov. 2024, 09:00 - 13:00

[Humanisierte Arbeitsstätte -
Unik, Wien](#)

3 UE

Webinar / W5

Vertiefung, Anwendungsbeispiele

27. Nov. 2024, 19:00 - 21:30

1.6. Teil 6, Massage und Selbstmassage nach Yang Sheng; die TCM

Hausapotheke

Verfügbare Termine

3 UE

E-Learning / EL 6

Materialien und Videos zur Vorbereitung auf den Präsenzunterricht

Bildungsangebot-Modul: Yang Sheng - Selbstsorge und Prävention nach TCM

Verfügbare Termine

16 UE

Präsenz / P6 Yang Sheng-Massage, Hausapotheke nach TCM

Yang Sheng- Massage und Selbstmassage ; TCM-Hausapotheke
/ Hausmittel zur Soforthilfe; Theorie und umfangreiche praktische
Anwendungen

14. Dez. 2024, 09:00 - 18:30

15. Dez. 2024, 09:00 - 13:00

[Verein LOK - Kandlgasse,
Wien](#)

3 UE

Webinar / W6

Vertiefung, Anwendungsbeispiele, Prüfungsvorbereitung

8. Jan. 2025, 19:00 - 21:30