

Ein langes Wochenende für Körper, Geist und Seele

Freitag, dem 02. August
bis Montag, 05. August 2024
„Sommercamp Rosenwaldhof“
mit Michael Marx & Matthias Winnig

Abwechslungsreiches Übungsangebot der
Körperarbeit in Klein- und Großgruppen im
Wald, auf Feld und Wiesen sowie in hellen
Seminarräumen.

Zimmerkategorien - Preise inkl. Verpfle-
gung sowie komplettem Trainingsangebot:

Kategorie A: EZ mit Bad 510,- €

Kategorie B: EZ mit Etagenbad 470,- €

Kategorie C: DZ mit Bad (Doppel- o. Einzel-
betten) 450,- €

Leihbettwäsche für 8,-€ vor Ort erhältlich

Verpflegung mit vegetarischer Vollwertkost
aus biologischem Anbau

Infos zur Anmeldung:

Michael Marx - 030 - 852 04 01
michaelmarx@posteo.de

Matthias Winnig - 030 - 52 28 40 43
info@gesundheitsberatung-mwinnig.de

SOMMERCAMP ROSENWALDHOF

Freitag, 02. Aug 2024
bis Montag, 05. Aug 2024

Anreise am Freitag, dem 02.08.2024
Zimmerbezug ab 17 Uhr

Möglichkeit zur Teilnahme am Übungsan-
gebot von 7 Uhr morgens bis 22 Uhr abends

Abreise am Montag, dem 05.08.2024
gegen 15.00 Uhr

Adresse:
Rosenwaldhof
Bergstraße 2
14550 Groß Kreutz (Havel)
www.rosenwaldhof.de

*Glück
ist hier
und jetzt*

Qigong, Taijiquan
und
ganzheitliche
Körperarbeit in
Naturerfahrung

Entspannt intensives Tun im wunderbaren Havelland

Das „Retreatzentrum Rosenwaldhof“ liegt nur knapp eineinhalb Stunden von Berlin entfernt eingebettet in Wald, Flur und Feldern.



In Fußweite befindet sich eine Vielzahl kleiner Badeseen – das Ufer der naturbelassenen Havel ist nur zehn Gehminuten entfernt. Der Götzer Berg hinter dem Haus bietet mit seinem Aussichtsturm einen grandiosen Panoramablick über das Havelland.



Die vollwertige vegetarische Vollverpflegung wird stets frisch zubereitet und stammt aus biologischem Anbau. Getränke und Obst stehen jederzeit im Speiseraum zur Verfügung.



Wir verbringen den Großteil des Übens in herrlicher frischer Luft in Wald, Wiesen und Feldern. Bei schlechter Wetterlage und für die Abendveranstaltungen suchen wir die einladenden Seminarräume auf.



Schon früh am Morgen genießen wir die Verbindung zu der uns umgebenden Natur und nehmen sie mit allen Sinnen auf.



In Gemeinschaft wertschätzender Zuwendung üben wir bewährte Basis- sowie vertiefende

Übungen verschiedener Qi Gong Systeme und des Chen Taijiquan. Wir entdecken Werkzeuge wie den Stock, den Ball, das Schwert und das spielerische Miteinander ausgewählter Partnerübungen.



Wir erleben orientiert an anatomischen Grundlagen die Natürlichkeit unserer Bewegungen und die Beweglichkeit innerhalb unserer Körperspiralen.



Die Abende verbringen wir mit Vorträgen und Filmbeiträgen. Für die angenehme Bettschwere sorgen abschließend wohlklingende Entspannungsmeditationen.



Das vielschichtige Sommercamp ist für den Neueinsteiger ebenso geeignet wie für den leicht oder weiter Fortgeschrittenen.



Jeder Tag des langen Wochenendes bietet Dir umfassende Erfahrungen in Praxis und Theorie – Du entscheidest selbst, wie viel Du davon in Anspruch nehmen möchtest.

Wir freuen uns auf die Begegnungen in Bewegung!



Leiter des Sommercamps 2024:
Michael Marx - Certified Instructor im Universal Healing Tao nach GM Mantak Chia, Lehrkraft der World Chen Xiaowang Association Germany (WCTAG) im Lehrergrad

Matthias Winnig - Körpertherapeut und Gesundheitspraktiker^{BfG}, Lehrkraft des Deutschen Dachverbandes für Qi Gong und Taijiquan (DDQT) / zertifiziert für die Oflow-Methode[®] sowie Osflow-Therapie[®]