

**Qi Gong Zentrum Dresden**  
**Dao Zheng Qi Gong**  
**Ausbildung „Authentisches Medizinisches Qi Gong“**  
**mit Qi Gong Meister Horst-Rainer Rust**  
**2022 - 2024**

**„Gütesiegel des Deutschen Dachverbandes für Qigong & Taijiquan e.V.“**  
**3-Stufen-Ausbildung**

**Wir bieten Ihnen eine einzigartige Qi Gong Ausbildung als alternativen Berufsweg, staatlich anerkannten Berufsabschluss oder als eigene Regenerations-Kur**

In einer fürsorglichen Ausbildungsatmosphäre lernen Sie Übungstechniken aus 9 Qi Gong Meister Richtungen, die jahrtausendlang geheim waren und die nur innerhalb der Familie, direkt vom Lehrer an den Schüler und innerhalb von Klostermauern weiter gegeben wurden.

Durch Qi Gong Meister Horst-Rainer Rust erleben Sie eine authentische und praxisnahe Vermittlung dieses tiefen Wissens über die Arbeit mit unserer Lebensenergie Qi.

Dem liegt sein langjähriger Erfahrungs- und Praxisschatz über die Geheimnisse des Qi und der Traditionellen Chinesischen Medizin zu Grunde.

Sein zusätzliches Wissen über die Kampfkunst Taekwondo und sein jahrzehntelanges Wirken als Manager und Anwalt befähigen ihn wie kaum einen anderen, dieses Wissen anwendungsbereit und praxisnah in unser modernes Leben zu transformieren.

In jedem Ausbildungsmodul werden Sie mehr Fähigkeiten in der Arbeit mit dem Qi erwerben und die Hintergründe von Krankheit und Gesundheit erkennen.

Das regelmäßige selbständige Üben unter der persönlichen Anleitung von diesem Meister mit besonders ausgewählten Qi Gong Übungen gibt Ihnen die Möglichkeit, einen wirklichen Durchbruch für die Gesundung von Körper und Psyche zu schaffen.

Sie können den Wirkungsmechanismus des Qi Gong durch einen besseren Gesundheitszustand, eine höhere Stresstoleranz und ein aktiveres, kraftvolleres Lebensgefühl selbst spüren und entwickeln.

Diese Ausbildung ist damit nicht nur ein alternativer Berufsweg mit hohem gesellschaftlichen Anerkennungswert, sondern dient Ihrer Gesundheit als eigene Regenerationskur.

Wenn es Ihnen darum geht, eine fundierte und qualitativ hochwertige Qi Gong Ausbildung zu erhalten, um selbst körperlich und mental stabil durchs Leben zu gehen und dazu noch einen tiefen Hintergrund zur Traditionellen Chinesischen Medizin zu erfahren, um dieses Wissen für sich selbst und andere indikativ anzuwenden, dann ist der Abschluss mit einem Zertifikat des Qi Gong Zentrum Dresden mit einem Zeitumfang von 200 Std. über 2 Jahre oder die Trainerausbildung mit 70 Std. über ein halbes Jahr die richtige Entscheidung.

Sie haben mit diesem Ausbildungsabschluss dann auch die Teilnehmer und Patienten, die wirklich bereit sind, sich dieser alternativen Heilmethode zu öffnen.

Geht es Ihnen mit der Ausbildung um die Anerkennung Ihrer Kurse durch die Krankenkassen, so können Sie die Ausbildung mit 360 Std. über 2 Jahre wählen.

**Ausbildungsstart:** 24./25.9.2022

**Ausbildungsort:** Dresden / Moritzburg

### 3 Ausbildungsalternativen:

#### 1. Ausbildungsmöglichkeit

##### TrainerIn für Qi Gong (TR)

##### Ausbildungsumfang:

70 Ausbildungsstunden als Zusatzausbildung & als eigene Wellness-Kur;  
einsetzbar in allen Sportarten, Fitnesskursen & Therapieverfahren oder nur für Sie zur  
Regeneration

**Ausbildungsabschluss:** Trainerzertifikat (Keine KrankenkassenZertifizierung)

**Ausbildungspreis:** 975€ (ohne Fahrt- / Unterkunftskosten)

##### Ausbildungstermine:

01.AT = 24.09.-25.09.2022	Samstag-Sonntag	15h
02.AT = 05.11.-06.11.2022	Samstag-Sonntag	15h
03.AT = 23.01.-27.01.2023	Montag-Freitag	40h

#### 2. Ausbildungsmöglichkeit

##### Lehrer für Medizinisches Qi Gong (KL)

##### Ausbildungsumfang:

200 Ausbildungsstunden als alternativer Berufsweg & als eigene Wellness-Kur  
Abschlusszertifikat des Qi Gong Zentrum Dresden

**Ausbildungsabschluss:** Zertifikat als Lehrer für Medizinisches Qi Gong  
(Keine KrankenkassenZertifizierung)

Dieses Zertifikat entspricht dem hochwertig vermittelten Ausbildungsinhalt und ist nicht an  
Titelvorgaben der Zentralen Präventionsstelle der Krankenkassen gebunden.

**Ausbildungspreis:** 2.750€; Prüfung ist frei (ohne Fahrt- / Unterkunftskosten)

##### Ausbildungstermine:

01.AT = 24.09.-25.09.2022	Samstag-Sonntag	15h	
02.AT = 05.11.-06.11.2022	Samstag-Sonntag	15h	
03.AT = 23.01.-27.01.2023	Montag-Freitag	40h	
04.AT = 05.05.-07.05.2023	Freitag-Sonntag	20h	Lungen Qi Gong
05.AT = 19.06.-23.06.2023	Montag-Freitag	40h	
06.AT = 13.09.-14.09.2023	Samstag-Sonntag	15h	
07.AT = 18.11.-19.11.2023	Samstag-Sonntag	15h	
08.AT = 15.01.-19.01.2024	Montag-Freitag	40h	
Prüfung:	27.04.2024		

### 3. Ausbildungsmöglichkeit

#### KursleiterIn für Medizinisches Qi Gong (KLA)

##### Ausbildungsumfang

360 Ausbildungsstunden als staatlich anerkannter Berufsabschluss

**Ausbildungsabschluss:** Zertifikat als Kursleiter für Medizinisches Qi Gong  
(Für Krankenkassen-Zertifizierung anerkannt)

**Ausbildungspreis:** 4.580€, zuzüglich 150€ Prüfungsgebühr  
(ohne Fahrt- / Unterkunftskosten)

##### Kurszeitaufteilung und Stundeninhalt Qi Gong Kursleiter Ausbildung (Std)

###### Nr. Themen

1.	Qi Gong Übe-Praxis für Gesunde	150	
2.	Qi Gong Übe-Praxis und Krankheit	30	
3.	Gesundheitsförderung & Prävention	30	Grundlagen der Prävention
4.	Pädagogik, Psychologie	30	Didaktik, Methodik, Techniken
5.	Philosophie, Geschichte des Qi Gong	30	Philos., histor. Quellen von Qi Gong
6.	Naturwiss.-medizin. Grundlagen	60	Anatomie, Physiologie, Organsysteme, stressinduzierte Krankheitsbilder, Erklärungsmodelle
	Medizin (Qi Gong & Medizin)	30	Klinische Forschung zu Qi Gong

---

Praxis 180

Theorie 180

Bei Nachweis eines medizinischen Abschlusses muss der Ausbildungsteil 6 mit 60 UE nicht zwingend absolviert werden.(kein Preisnachlass!)

##### Ausbildungstermine:

01.AT = 24.09.-25.09.2022	Samstag-Sonntag	15h	
02.AT = 05.11.-06.11.2022	Samstag-Sonntag	15h	
03.AT = 23.01.-27.01.2023	Montag-Freitag	40h	
04.AT = 05.05.-07.05.2023	Freitag-Sonntag	20h	Lungen Qi Gong
05.AT = 19.06.-23.06.2023	Montag-Freitag	40h	
06.AT = 13.09.-14.09.2023	Samstag-Sonntag	15h	
07.AT = 18.11.-19.11.2023	Samstag-Sonntag	15h	
08.AT = 15.01.-19.01.2024	Montag-Freitag	40h	
09.AT = 23.03.-24.03.2024	Samstag-Sonntag	15h	
10.AT = 15.06.-16.06.2024	Samstag-Sonntag	15h	
11.AT = 12.08.-16.08.2024	Montag-Freitag	40h	

---

270h Präsentunterricht

zusätzlich

90h als Online- & e-learning (3,6,7)

Prüfung = 05.10.-06.10.2024

##### Finanzierungsmöglichkeiten:

Anerkennung von Bildungsgutscheinen (bis 500€ Erstattung der Ausbildungsgebühr pro Jahr), öffentlichen Fördermitteln (45-80% Erstattung der Ausbildungsgebühr), Ratenzahlung und rabattierte Vorab-Zahlungen

Zu Ihrer Sicherheit empfehlen wir Ihnen den Abschluss einer Reiserücktritts- und Reiseabbruch-Versicherung, einschliesslich Kursgebühr.

### **Das herausragende dieser Ausbildung für Sie:**

- Sie lernen die effektivsten Übungen aus 9 Qi Gong Meister Richtungen
- Alle Übungen für Sie als Skript & als Lehr- und Übungsvideos inklusive auf USB-Stick
- Während der Kurse können sie alles filmen & als Audio aufnehmen
- Alle Online Module für Sie als Mitschnitt
- Kostenfreie Betreuung bei Qi Disharmonien während der Ausbildungszeit
- Bereitstellung des ZPP-zertifizierten Kurskonzeptes nach Ausbildungsabschluss

### **Achtung**

Begrenzte Teilnehmerzahl / Ausbildungszulassung nach Anmelde Reihenfolge

### **Ausbildungsleiter & Anmeldung**

Horst-Rainer Rust, Qi Gong Meister & Coach


Mehr als 25 Jahre Qi Gong Praxis

1.Dan Taekwondo

Buchautor „Glücks Qi Gong - Mit Spaß entspannen“

Autorisierter Ausbilder des Deutschen Dachverbandes für Qigong & Taijiquan

Langjähriger Kooperationspartner von Ärzten & Kliniken

[info@qigongdresden.com](mailto:info@qigongdresden.com),  0172 350 4746, [www.qigongdresden.com](http://www.qigongdresden.com)

### **Zielgruppe & Zugangsvoraussetzungen**

Die Ausbildung & Gesundheitskur ist hervorragend geeignet für Menschen, die in sozialen und therapeutischen Berufen tätig sind und ihr Leistungsangebot noch attraktiver gestalten und/oder die einfach nachhaltig etwas für ihre eigene körperliche und psychische Fitness tun wollen.

Die Ausbildung gibt Interessierten aus sozialen, medizinischen, therapeutischen und sportvermittelnden Bereichen neue, effektive und Ihr Berufsprofil erweiternde „Werkzeuge“ an die Hand.

Manager/innen hilft es zur Stärkung ihrer Personalführungskompetenz und ihrer eigenen Persönlichkeitsentwicklung

Menschen, die diese Ausbildung für die Verbesserung ihrer eigenen Gesundheit nutzen wollen, finden hier das, was sie suchen. Die Ausbildung stellt insofern gleichzeitig auch eine eigene Qi Gong Kur dar.

Die Ausbildung orientiert sich an dem „Leitfaden Prävention“ der Spitzenverbände der Krankenkassen zur Umsetzung von §§ 20 und 20a SGB V vom 21. Juni 2000 in der ab 21.9.2021 geltenden Fassung und entspricht den Anerkennungskriterien der Ausbildungsleitlinie des Deutschen Dachverbandes für Qigong und Taijiquan e.V.

## Ausbildungsprogramm

Das Interesse an Qi Gong als hochwirksame, die Gesundheit fördernde und von den gesetzlichen Krankenkassen anerkannte Präventionsmethode wächst ständig und zunehmend wird Qi Gong in Firmen und Kliniken empfohlen und angeboten.

### **Inhalt und Struktur der Ausbildung folgen einem besonderen Prinzip:**

Die Übenden erlernen Qi Gong und erfahren unmittelbar durch das angeleitete Üben dessen Wirksamkeit.

Parallel werden Didaktik und Methodik der Qi Gong Anwendung in der Praxis interaktiv vermittelt, indem die Absolventen in das Netzwerk und die Kurse des Qi Gong Zentrums direkt praktisch einbezogen werden.

„Learning by doing“, kombiniert mit einer tiefgründigen und fundierten sowie anwendungsorientierten Ausbildung, bereitet die Lernenden optimal auf eine praktische Anwendung und Vermittlung von Qi Gong vor.

Ausbildungskonzept, Ausbildungsinhalt und Ausbildungsdurchführung werden zusätzlich begleitet von einem erfahrenen Team.

Entgegen anderen Ausbildungsangeboten mit vielen Wochenendkursen gestaltet sich unsere Ausbildung überwiegend in Wochenkursen, kombiniert mit Übe-Wochenenden und Online Meetings.

Damit ist eine wesentlich tiefere Verinnerlichung der Übungen und ihrer Wirkungen verbunden. Gleichzeitig festigt es das Schüler-Lehrer-Verhältnis, so wie es traditionell verstanden und gewollt ist.

Auch in der Zeit zwischen den einzelnen Ausbildungswochen besteht ein fester Austausch zwischen Lehrer und Ausbildungsteilnehmern.

Qi Gong Meister Horst-Rainer Rust versteht sich dabei auch als Begleiter und Helfer auf einem gemeinsamen Weg, denn als Lehrer und Meister.

In diesem Kontext versteht es sich, dass auch die Erarbeitung und Begleitung der individuellen Kurskonzepte der Schüler in ihrem unmittelbaren Wirkungs- und Arbeitsbereich Bestandteil der Ausbildung ist.

Damit wird ein hoher Qualitätsmaßstab in der eigenen Kursausrichtung der Schüler gesichert. Dem Schüler wird nicht nur schlechthin Wissen vermittelt, sondern das Qi Gong wird mit ihm zusammen konkret er- und gelebt.

Für die Interessierten, denen es nicht auf die berufliche Ausrichtung ankommt, ist die Ausbildung als eigene Gesundheits- und Stärkungskur mit dem Abschluss als Trainer oder als Qi Gong Kursleiter ohne Krankenkassenanerkennung bestens geeignet.

### **Ausbildungsinhalte**

- Vermittlung fachlicher Kenntnisse über Qi Gong, seine Wirkungen und Anwendungsmöglichkeiten, einschließlich Grundlagenwissen der Traditionellen Chinesischen Medizin und deren historischer und philosophischer Grundlagen
- Behandlungsprinzipien der TCM nach den Fünf-Wandlungsphasen

- Eigene Persönlichkeitsentwicklung auf geistiger, psychischer und körperlicher Ebene
- Erreichung einer eigenen gesundheitlichen Stabilität
- Vermittlung sorgfältig ausgewählter authentischer Übungen des Qi Gong in Bewegung, im Stehen, Sitzen, Liegen, Gehen und des Stillen Qi Gong; anwendungsbereit und an westlichen Bedürfnissen orientiert
- Training mit traditionellen wie auch modernen Übungsmethoden, wie der regelmäßigen Videoanalyse, zur Befähigung, Qi Gong korrekt zu vermitteln
- Didaktisch-methodischer Kursaufbau & Integration in das eigene Leistungs- und Preisangebot
- Ausbildungsbegleitende Integration in laufende Kurse
- Steuerliche und Rechtliche Gestaltungsformen, Marketing und Netzwerkarbeit

Die Ausbildung findet gemäß Ausbildungsplan im Wechsel von Wochenend- und Wocheneinheiten statt.

Im Onlineunterricht erfolgt die Vermittlung der Theorieinhalte.

Die Zeit zwischen den Ausbildungszeiten soll zum selbständigen Üben mit durchschnittlich mindestens 0,5 Stunden täglich und der Vertiefung des Erlernten sowie zur Bearbeitung der Belegarbeiten genutzt werden.