

**Wöchentlicher Neidan Gong Online- und Präsenzunterricht
mit Tobias Puntke**

Neidan Gong:

- Neidan Gong ist als das traditionelle Schulungssystem der daoistischen Drachentorschule ein vollständiges und umfassendes System zur Stärkung unserer Vitalität und Gesundheit, zur Begünstigung von Selbstheilung und zur bewussten Erfahrung und Entfaltung unserer Persönlichkeit. Es ist die Mutter vieler heute bekannter Qi Gong Übungssysteme.
- Es umfasst in einem äußerst umfangreichen Schulungssystem alle notwendigen Aspekte zur Kultivierung unseres Körpers, unserer inneren Energie und unserer Psyche.

Kursinhalte:

- Daoistische Theorie und Praxis aus dem Neidan Gong mit dem Schwerpunkt Lebenspflege/Gesunderhaltung/Heilung und Persönlichkeitsentwicklung/ Selbstkultivierung.
- In jeder Einheit wird es Theorie und praktische Übungen in Bewegung und Stille (Meditation) sowie die Möglichkeit Fragen zu stellen geben.

Zielgruppe:

- Der Kurs wendet sich an Menschen, die ihre eigene Gesundheit und Vitalität verbessern möchten und die ein Interesse daran haben, sich als Mensch auf allen Ebenen bewusster zu erfahren und weiter zu entwickeln.
- Von den Teilnehmern wird eine offene und unvoreingenommene geistige Haltung, eine regelmäßige Teilnahme am Kurs und die Bereitschaft, auch außerhalb der Unterrichtsstunden eine eigene regelmäßige Übungspraxis aufzubauen, erwartet.

Termin & Ort:

- Kurszeiten:
 - Während des Lockdowns: Dienstags von 18:30-20:30 Uhr
 - Nach dem Lockdown: Dienstags von 18:00-20:00 Uhr
 - Oder jeder Zeit später als Videoaufzeichnung (wird zum jeweils nächsten Wochenende zur Verfügung gestellt)
- Termine:
 - Der Kurs findet ganzjährig statt
 - In den Schulferien in Nordrhein-Westfalen (Deutschland) findet kein Unterricht statt
- Ort:
 - Sobald zulässig findet der Kurs auch wieder als Präsenzkurs mit gleichzeitiger online Übertragung (Hybridkurs) unter folgender Adresse statt:
 - Kulturraum Alter Kuhstall, Gasselstiege 115, 48159 Münster, Deutschland

Kennenlernen:

- Alle Interessenten sind herzlich eingeladen mich und meinen Unterricht **bei zwei kostenlosen und unverbindlichen Schnupperterminen** kennen zu lernen!
- Anfragen dafür sendet mir bitte per E-Mail (rechtzeitig vor Kursbeginn) an:
TobiasPuntke@TaijiDao-Muenster.de

Kosten:

- Die monatlichen Kosten für die Teilnahme am Neidan Gong Kurs betragen 45 €.
- Schüler, Studenten, Erwerbsarbeitslose, etc. zahlen 41 €.
- Eine Aufnahmegebühr wird NICHT erhoben.
- Die Kursgebühren werden ausschließlich per Lastschrift eingezogen
- Solltet Ihr ein ernsthaftes Interesse an einer Teilnahme haben, aber die Mitgliedsbeiträge nicht oder nicht vollständig aufbringen können, so gibt es die Möglichkeit eines Mitgliedschaftsstipendiums, d.h. eines teilweisen oder vollständigen Erlasses der Mitgliedsbeiträge für Menschen in besonderen Situationen.
Solltet Ihr davon Gebrauch machen wollen, so schildert mir in einer kurzen Mail Eure Situation und ich berate mit dem Vereinsvorstand darüber, ob wir Euch die Mitgliedsbeiträge ganz oder teilweise erlassen können.

Anmeldung:

- Der Kurs ist ein offizielles Angebot des **TaijiDao Münster e.V.** (www.TaijiDao-Muenster.de). Daher setzt eine regelmäßige (auch reine online) Teilnahme eine Mitgliedschaft im Verein voraus.
- Im Interesse einer für alle Beteiligten sinnvollen Kursteilnahme gelten für die Teilnehmer an diesem Kurs besondere Teilnahmebedingungen, die im Dokument „Bewerbung für die Teilnahme am Neidan Gong Unterricht“ eingesehen werden können.
- Eine Aufnahme in den Kurs erfolgt bei mir unbekanntem Teilnehmern nur nach einem beiderseitigen Kennenlernen im Rahmen der kostenlosen Schnuppereinheiten und nach einem Gespräch über Ihre Ziele und Interessen. Sollten wir beide im Rahmen des Gesprächs zum dem Schluss kommen, dass eine Teilnahme am Unterricht für Sie sinnvoll ist, steht Ihnen das Anmeldeverfahren offen.
- **Anmeldeverfahren:**
 - Füllen Sie den **Aufnahmebogen des TaijiDao Münster e.V.** vollständig aus und unterschreiben Sie ihn.
 - Lesen Sie den **Bewerbungsbogen für das Neidan Gong Training** in Ruhe und unterschreiben ihn, wenn Sie mit allen Punkten einverstanden sind.
 - Senden Sie beide Dokumente per Mail an TobiasPuntke@TaijiDao-Muenster.de oder per Post an Tobias Puntke, Marsweg 7, 48163 Münster, Deutschland.
- **Kündigung:**
 - Sollten Sie nicht mehr am Unterricht teilnehmen wollen, so können Sie die Mitgliedschaft im Verein 4 Wochen vor dem Ende eines jeden Quartals kündigen. Die Details finden Sie in der Vereinssatzung des TaijiDao Münster e.V.
 - Der Verein gewährt für alle reinen Online-Teilnehmer ein Sonderkündigungsrecht zum Monatsende, falls wir die Onlineübertragung nicht mehr anbieten können.

Extras:

- Für die Dauer des Lockdowns überträgt der TaijiDao Münster e.V. je Woche zusätzlich zum Neidan Gong Training unter meiner Leitung eventuell weitere Einheiten je Woche per Zoom, die dann auch später als Aufzeichnung anzuschauen sein werden.
- Für diese Einheiten wird während des Lockdowns für alle Vereinsmitglieder keine weitere Kursgebühr berechnet!

Technische Voraussetzungen:

- Der Kurs wird auf eine unkomplizierte Art und Weise über Zoom online übertragen und ist auch für mit dem Internet wenig vertraute Teilnehmer gut geeignet. Sie brauchen zur Teilnahme nur eine Internetverbindung, die das Betrachten von Videos zulässt.
- Für die Teilnahme an den Live-Video-Coachings werden ein internetfähiges Endgerät (PC/Mac, Tablet, Smart TV) mit Webcam und ein Mikrofon benötigt.
- Die Details zu den technischen Voraussetzungen und eine allgemeine Anleitung zur Vorbereitung auf online Kurse finden Sie [HIER](#).
- Die Teilnehmer der Gruppe können über eine spezielle Whats App Gruppe über alle Themen im Zusammenhang mit dem Unterricht kommunizieren.

Downloads:

- [Aufnahmeantrag des TaijiDao Münster e.V.](#)
- [Bewerbungsbogen für den Neidan Gong Unterricht des TaijiDao Münster e.V.](#)
- [Vereinssatzung des TaijiDao Münster e.V.](#)
- [Beitragsordnung des TaijiDao Münster e.V.](#)

