

TCM  
Praktikerin  
STEPHANIE KLER  
bei den  
MITIMINO  
LAMAS



# SEMINARE & WORK SHOPS 2026





## Lama Qi Gong Workshops

### Lama Qi Gong im Frankenwald?

Ja freilich – bei uns. Machen Lamas Qi Gong? Nein, natürlich nicht, aber wir: Wir üben gemeinsam Qi Gong, wandern mit den Lamas auf den wunderschönen Döbraberg, nehmen ein gemeinsames Mittagessen ein, führen ein kleines Wünscheritual aus und natürlich meditieren wir gemeinsam am Ende unseres Workshop-Tages.

Unsere Wanderung mit den wundervollen Lamas verbinden wir mit **Ruhe und Achtsamkeit**. Natürlich gibt es neben den schweigenden Phasen auch **Zeit Fragen zu stellen**, zu den Lamas, zur TCM und was sonst noch so sein möchte.

Nach unserem gemeinsamen Mittagessen aus der 5-Elemente-Ernährung widmen wir uns einem kleinen, aber feinen Ritual zur Wunschmanifestation und beenden unseren Tag mit einer Meditation. Lass dich von uns mitnehmen auf eine Reise, raus aus dem Alltag, mehr **zu Dir und der Natur**. Einfach sein dürfen. Einfach **Du**.



### ⌚ Workshop-Programm:

- 08.00 – 08.30 Uhr Begrüßung • Vorstellung
- 08.30 – 09.00 Uhr Qi Gong
- 09.00 – 11.00 Uhr Lama am Döbraberg • Qi Gong
- 11.00 – 12.00 Uhr TCM Menü • Gespräche
- 12.00 – 13.00 Uhr Kleines Ritual, Meditation & Verabschiedung

### 📅 Termine

➤ Samstag, 22.08.2026

➤ Samstag, 12.09.2026

Jeweils von 8.00 bis 13.00 Uhr

**149,00 €** (inkl. Mittagessen)

Anmeldung erforderlich, begrenzte Teilnehmerzahl



## SanYoGong bei den Lamas

### San YoGong

SanYoGong ist meine eigene, über Jahre gewachsene Körper- und Energiepraxis. SanYoGong ist eine liebevolle Synthese aus **Yoga, Qi Gong, Körperarbeit, Meditation** und energetischer Ausrichtung.

Diese Methode wirkt **ganzheitlich**:

- **körperlich** – durch fließende Bewegung & bewusste Atmung
- **geistig** – durch Achtsamkeit & innere Zentrierung
- **seelisch** – durch tiefe Verbindung mit dem eigenen Energiefeld

SanYoGong ist entstanden aus der Essenz all meiner Ausbildungen, meiner Kurserfahrungen und meiner eigenen gelebten Praxis.

Es trägt meine Handschrift – intuitiv, klar und zugleich achtsam gehalten. Jede Einheit ist ein heilender Raum zur Rückverbindung mit deinem Körper, deiner Seele und deinem inneren Licht.



### San YoGong Brunch

08.00 – 10.30 Uhr Begrüßung, Kennenlernen & SanYoGong

10.00 – 11:30 Uhr Frühstücksbrunch

### 📅 Termine

➤ Samstag, 06.06.2026

➤ Samstag, 13.06.2026

➤ Samstag, 20.06.2026

➤ Samstag, 27.06.2026

Jeweils von 8.00 bis 9.30 Uhr

9.30 bis 10.00 Uhr: Tee und Gebäck

**39,00 €** je Termin

Bitte Matte, Decke und Kissen mitbringen

➤ Samstag, 25.07.2026

**69,00 €** je Teilnehmer

Bitte Matte, Decke und Kissen mitbringen

## Meditation auf der Lamaweide



### Termine

» Freitag, 22.05.2026

» Freitag, 17.07.2026

Jeweils von 17.00 bis 18.30 Uhr

**29,00 €** je Termin

Bitte Matte, Decke und Kissen mitbringen



## Adventsworkshop bei den Lamas

Ein Highlight des Workshops ist der Kontakt mit den Lamas, deren ruhige und freundliche Ausstrahlung besonders gut zur **besinnlichen Atmosphäre** der Adventszeit passt. Bei einem Spaziergang durch die verschneite Landschaft können die Teilnehmer die **beruhigende Präsenz der Lamas** erfahren. Diese Begegnungen fördern nicht nur die Achtsamkeit, sondern tragen auch dazu bei, Stress abzubauen und die Seele baumeln zu lassen.



» Adventsmagie am Samstag,  
05.12.2025, 9.00 – 13.00 Uhr

**149,00 €** (inkl. Mittagessen)

Anmeldung erforderlich, begrenzte Teilnehmerzahl



**Wir freuen uns auf Dich!**

📍 **Veranstaltungsort:**

Hier finden die gemeinsamen Kurse statt:  
**Familie Baier, Döbrastöcken 5, 95119 Naila**  
(bei Schwarzenbach a.Wald)



📞 **Kontakt zur Anmeldung online:**

[www.tcm-praktikerin-stephanie-klier.de](http://www.tcm-praktikerin-stephanie-klier.de)

[www.mitimino-lamas.de](http://www.mitimino-lamas.de)