

TCM
Praktikerin
STEPHANIE KLIER
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.



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



San YoGong Brunch

- 08.00 – 10.30 Uhr** Begrüßung, Kennenlernen & SanYoGong
- 10.00 – 11:30 Uhr** Frühstücksbrunch

- » Samstag, 25.07.2026

69,00 € je Teilnehmer

Bitte Matte, Decke und Kissen mitbringen



Meditation auf der Lamaweide



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.



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



» **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

www.mitimino-lamas.de