



**Naturheilpraxis Monnica Hackl**  
 Praxis für Schmerztherapie, Akupunktur, Schamanische Medizin, EMDR,  
 Homöopathie, Energetische Behandlungen von Körper & Seele,  
 Chinesische Heilmethoden, Hui Chun Gong Lehrerin  
 muw Studio für Informativ Medizin



**Das DVD Seminar mit Monnica Hackl**

HUI CHUN GONG

*Die geheimen Verjüngungsübungen der chinesischen Kaiser*

Stand okt 2011

HUI CHUN GONG bedeutet wörtlich übersetzt <Übung zur Rückkehr des Frühlings>. Mit Frühling ist hier nicht die Jahreszeit gemeint, sondern die frühlingshafte Frische der Jugend. Diese geheimen Übungen wurden in China von daoistischen Mönchen des Hua Shan jahrhundertlang ausschließlich dem Frauen vorbehalten. Erst Ende der 80er Jahre ist diese Bewegungs-Öffentlichkeit getreten und wird dort von Lehrer zu Schüler weiter gegeben. HUI CHUN GONG gehört zur Gruppe der chinesischen Atem-/



16 höchst wirksamen Übungen sind und steigern Vitalität und Wohlbefinden, Schönheit und erhöhen die Lebensbestimmte Körperzonen wird das Immunsystem so nachhaltig angeregt, dass es die Gesundheit des Körpers zur Folge hat. Die Qi Gong sind die 16 Übungen in Im Gegensatz zu anderen Formen kurzer Zeit erlernbar. Es hat sich über Generationen bewährt, da es den Menschen Vitalität sowie jugendliche Kraft schenkt und unterstützend Krankheiten heilt. Aufmerksamkeit, Sorgfalt in der Ausführung und ein Lächeln auf den Lippen sind das Geheimnis ihres Erfolgs.

Die chinesischen Meister "Sia Mok Ta, Ong San Peng und Madame Poon Whye" übergaben ihrer deutschen Schülerin der Autorin Monnica Hackl<sup>(1)</sup> das jahrhundertlang streng geheimgehaltene Verjüngungssystem > *Hui Chun Gong*<.

<sup>1</sup> [Jung und schön mit Hui Chun Gong Die Verjüngungsübungen der chinesischen Kaiser](#) Südwestverlag ISBN 978-3-517-08575-3

<sup>1</sup> [Qi Gong – heilende Übungen für jeden Tag](#) Irisiana Verlag ISBN 3-7205-2671-2

Von der Autorin Monnica Hackl werden die 18 Übungen selbst gezeigt

Eröffnungsübung	Pumpen des Yin	Himmelkreisen 2.
Schulteröffnen	Stärkung der Niere	Die Schildkröte zieht den Kopf ein
Rückkehr des Frühlings	Das Herz beleben	Froschschwimmen
Schulterkreisen	Drachenschwimmen	Der Phönix breitet seine Flügel aus
Vitalenergie	Himmelskreisen	Drei hohe Sterne
Der Vogel Rock fliegt	Erdenkreise	Der Adler schärft seine Krallen

**Versandpreise nach:**

**Deutschland 52,00 Euro**

**Europa 54,50 Euro**

**Welt 57,05 Euro**

Der Versand als **Einwurfesreiben nach DE** und als **Einschreiben ins Ausland** erfolgt gegen Vorkasse oder Bankeinzug

Aktuelle Informationen zu Hui Chun Gong und Seminaren [www.praxis-monica-hackl.de](http://www.praxis-monica-hackl.de)