



Dietlind Zimmermann

ist Philosophin, Autorin, Redakteurin des Taijiquan & Qigong Journals und seit 1992 Lehrerin für Taijiquan und Qigong. „Die „Bewegte Philosophie“ ermöglicht eine bewusste Wahl aus den geistigen Quellen Asiens und Europas, bringt Körper und Geist heilsam zusammen und öffnet uns neue Horizonte für unseren eigenen Weg.“

Isolde Schwarz

ist Sozialpädagogin, Lehrerin für Achtsames Selbstmitgefühl (MSC), Taiji- und Qigong-Lehrende seit 1990 in eigener Schule. „Bewegte Philosophie“ heißt für mich, mit Körper und Herz zu erspüren und zu erleben, wie daoistische und buddhistische Weisheit mein Leben bereichert und durchdringt.“

BEWEGTE PHILOSOPHIE

Schwarz | Zimmermann GbR
Mühlendamm 76 a, 22087 Hamburg
040 / 20 90 59 36 Dietlind Zimmermann
030 / 614 60 90 Isolde Schwarz
www.bewegte-philosophie.de

Seminargebühren: 420.-€
Unterkunft und Verpflegung:
350.-€ / DZ, 455.-€ / EZ.
Übernachtung in einfachen Zimmern mit Gemeinschaftsbädern, incl. Vollpension, Seminarraum etc. und einer täglichen Stunde Mitarbeit im Dorf.
Anreise: Individuell.
Per Bahn bis Domodossola und Bus.
Per Flug bis Mailand und Flughafenbus.
Mehr zum Dorf und zur Anreise:
www.bordo.org



Anmeldung: bis 24. Februar 2020
Informationen und Anmeldeformular anfordern:
info@bewegte-philosophie.de
040 / 20 90 59 36 Dietlind Zimmermann
030 / 614 60 90 Isolde Schwarz



Bordo 2020

QIGONG YINYOGA MEDITATION

10 Jahre Bewegte Philosophie
Jubiläumsretreat 22. – 29. August



Isolde Schwarz Dietlind Zimmermann

Bewegte Philosophie Schwarz | Zimmermann GbR



Das Bergdorf Bordo

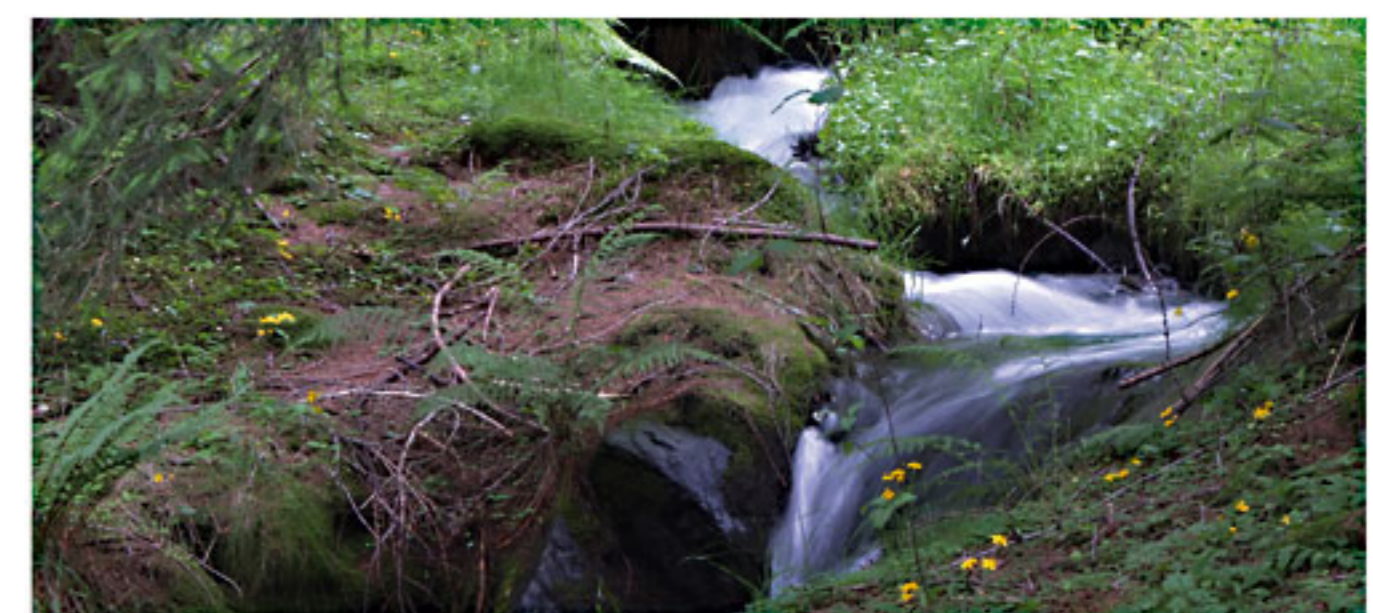
Das Bodhi Path Retreat-Zentrum Bordo ist ein Bergdorf "ohne Straße", an einem sonnigen Berghang auf 700 m Höhe. Die über 500 Jahre alten, liebevoll restaurierten Steinhäuser sind umgeben von den Wäldern am Rand des Naturparks Valle Antrona in den norditalienischen Alpen. Es ist über einen Fußweg in ca. 30 Minuten zu erreichen (mit einer Seilbahn für das Gepäck). Bordo nennt sich selbst einen „Ort der Herzens- und Geistesschulung, die sich an der Lehre Buddhas orientiert“.

Ruhe und Selbstbesinnung in Bordo

Eine Woche Stille und Achtsamkeit. Zu dir selbst kommen. Nach innen lauschen, um innen und außen neu in Einklang zu bringen. Wir praktizieren regelmäßig wiederkehrende, einfache Übungen aus dem **Qigong**, dem **Yinyoga** sowie tägliche **Meditationen**. Im gemeinsamen **Studium** von kurzen buddhistischen und daoistischen Texten vertiefen wir das Verständnis der Übungen und erhalten Hinweise für mehr Klarheit und Ruhe auch im Alltag.

*Nebel im Wald. Rotes Morgenlicht.
Ein Pfad durch den Bambus.
Eine Hütte, in der es auch tagsüber
immer kühl ist.
Lass einfach los
und du bist ohne Sorgen.
Sei achtsam und
dein Herz kehrt zurück.*

Aus einem Zen Gedicht von Felsenheim



**Bewegte Philosophie
Schwarz | Zimmermann GbR**
Mühlendamm 76 a
22087 Hamburg
040 / 20 90 59 36 Dietlind Zimmermann
030 / 614 60 90 Isolde Schwarz
www.bewegte-philosophie.de

22. - 29. August 2020, Bordo / Norditalien
Qigong – YinYoga – Meditation: Ruhe und Selbstbesinnung in Bordo

Anmeldung

Kursgebühren für 6 Tage Unterricht mit zwei Dozentinnen: **420.- €**
Anmeldepauschale (wird mit dem Mitgliedsbeitrag im Verein Karma
Dechen Yangtse verrechnet, der für den Aufenthalt nötig ist und bei
Stornierung nicht zurückerstattet) **50.- €**

bitte bis 29.2.2020 überweisen: I. Schwarz, D. Zimmermann, Comdirect Bank AG,
IBAN: DE68200411440576119200

7 Übernachtungen in einfachen Zimmern mit Gemeinschaftsbädern:

- pro Person im Einzelzimmer **245.- €**
- pro Person im Mehrbettzimmer **140.- €**

bitte bis 1.6.2020 überweisen: I. Schwarz, D. Zimmermann, Comdirect Bank AG,
IBAN: DE68200411440576119200

Bitte bar mitbringen (vor Ort zu zahlen):

140.- € für **Lebensmittel für 7 Tage:** enthält vegetarische Vollverpflegung mit
Frühstück, Mittag, Abendessen. Eine zusätzliche Spende für den Koch ist willkommen.
20.- € für **Seminarraum-Anteil.**

Eventuelle Kosten für Exkursionen (Verpflegung, Bus oder Taxi) werden vor Ort erhoben.
Die Anreise nach Domodossola muss selbst organisiert werden, wir helfen gerne bei Absprachen
für gemeinsames Anreisen, so dass zum Beispiel Taxikosten von Domodossola nach Rivera (das
Dorf, von dem der Weg nach Bordo hinauf geht) geteilt werden können.
Bettwäsche und Handtücher sollten gerne selbst mitgebracht werden, können aber gegen Spende
ausgeliehen werden.

Geschäftsbedingungen:

Die Anmeldung wird erst verbindlich mit **Überweisung** der **Seminargebühren** und der **Anmeldepauschale**. Die Zimmervergabe erfolgt nach Eingang der Buchung. Die Unterkunftswahl kann nicht garantiert werden. Mehrbettzimmerwünsche können nur erfüllt werden, wenn es entsprechende Partner/innen gibt.

Stornierungsbedingungen: 50.-€ Anmeldepauschale wird bei Stornierung einbehalten und an Bordo (Verein Karma Dechen Yangtse) überwiesen.

Ab 31.3.2020 wird von der Seminargebühr €100.- einbehalten. Bei Stornierung ab 1.8.2020 muss die gesamte Seminargebühr einbehalten werden, es sei denn es wird ein/e Ersatzteilnehmer/in gestellt.

Die Teilnahme erfolgt in **eigener Verantwortung**. Schwere körperliche oder psychische Erkrankungen sollten ausgeschlossen sein, bzw. vor Anmeldung mit dem behandelnden Arzt Rücksprache genommen werden, ob der aktuelle Zustand eine Teilnahme erlaubt. Eventuelle Beeinträchtigungen sind uns mit der Anmeldung zur Kenntnis zu bringen. Das Seminar ersetzt keine ärztliche Behandlung.

Ich habe die Geschäftsbedingungen gelesen und stimme ihnen zu:

Datum, Unterschrift

Ich habe die Besucherregeln für Bordo gelesen und bin damit einverstanden:

Datum, Unterschrift

Anmeldung bitte **deutlich** und in Druckbuchstaben ausfüllen:

Vorname/ Name

Straße

PLZ Ort

Tel.

Email

Einzelzimmer..... **Mehrbettzimmer**.....

Meine Email-Adresse darf vor Beginn des Seminars an andere Teilnehmer/innen zur ev. Organisation einer gemeinsamen Anreise weitergegeben werden

ja nein.....

Datum, Unterschrift.....