



Monika L. Petersen (1953) - CV

Qigong træning siden 2007. Qigongsettet Silkeøvelserne lært af Viggo Vikkelsø. Siden uddannet til instruktør.

Følgende indgik blandt andet i forløbet:

- ☉ Basisuddannelsen i Qigong
- ☉ Qigongsettet Silkeøvelserne
- ☉ Tai Chi Chuan
- ☉ Standing meditation
- ☉ 1. set af af Soaring Crane
- ☉ Daoyin
- ☉ Yin Qigong
- ☉ 5 element Qigong
- ☉ Zhan Zhuang
- ☉ Basic Hun Yuan Qigong
- ☉ Basic Taijiruler
- ☉ The Zheng Manqing set

Blandt mine mange lærere skal især nævnes

- ✚ Viggo Vikkelsø
- ✚ Sifu Torben Bremann, privatelev af master Sam Tam
- ✚ Visnessmanden Salomon
- ✚ Arnkjell Joleik Nielsen
- ✚ Samt workshops med master Sam Tam

Undervisningserfaring siden 2010

Min undervisning betegnes som

- ☺ Behagelig.
- ☺ Spændende og inspirerende. Dygtig og informativ.

Mere om mig, undervisning, anbefalinger, litteratur, blog, bogudgivelser samt DVD mm.:
www.qigongsilke.dk

5. juli 2022

Link til inspiration og øvelser: <https://qigongsilke.dk/filmlink-1/>

Litteratur og DVD i Silkeøvelserne: <https://monika.one/forlag/bogudgivelser.html>

Følg os i FaceBook grupperne: 'Dragør Qigong & Tai Chi, Danmark'
'Forfatter Monika L. Petersen – www.monika.one' samt 'Livet i bevægelse'.

