

Welt Taiji und Qigong Tag 2022

Online publiziert: 23. Mai 2022

© The Author(s) under exclusive licence to Springer Medizin Verlag GmbH, ein Teil von Springer Nature 2022

Am 30.04.2022 haben sich aktive Qigong und Taiji Verbände in Deutschland, Schweiz und Österreich zusammen getan und unter dem Motto “Eine Welt- ein Atem” einen Aktionstag stattfinden lassen. Die Basis stellte die Homepage www.vielfalt-erleben.org dar, wo Events eingetragen und umworben werden konnten. Lehrende konnten kostenfreie Workshops, Flashmobs sowie andere Events anbieten, um so Interessenten anzulocken sowie zum gemeinsamen Üben einzuladen.

Der Aktionstag verlief sehr erfolgreich. Es wurden mehr als 100 Veranstaltungen in Deutschland, Österreich und Schweiz registriert. Die Angebote waren flächendeckend gut besucht und zogen nicht nur NeuanfängerInnen an, sondern auch Taiji und Qigong Praktizierende. Die Internationale Gesellschaft für Chinesische Medizin e. V. (SMS) war mit Workshops zum Thema “Qigong und Lebenspflege bei Erschöpfungszuständen” erstmals vertreten. In einem gemeinsamen Rückblick

evaluierte eine Auswahl der teilnehmenden Verbände den Aktionstag. Der Rückblick sowie Impressionen des Aktionstages finden sich hier: [30.04.2022 Welt Taiji & Qigong Tag–Tagesrückblick–30.04.2022 Welt Taiji & Qigong Tag–Tagesrückblick–\(Abb. 1\)](#).

Die gemeinsame Gestaltung des Welt Taiji und Qigong Tages zielte unter anderem darauf ab, die Vielfalt der verschiedenen Verbände sichtbar werden zu lassen und das gemeinsame Üben anzuregen. Im Rahmen des Aktionstages konnte die Zusammenarbeit der Verbände vertieft werden. Die Ziele Taiji und Qigong bekannter zu machen und als Entspannungsmethode sowie Stärkung für Körper und Geist mehr in das Bewusstsein der Gesellschaft zu bringen, soll auch im kommenden Jahr gemeinsam verfolgt werden.

Sarah Raabe, Den Haag



Abb. 1 Screenshot mit Sarah Raabe im Einführungsvideo der SMS (Foto/Video: Pavla Kaiser)

