

Kom og besøg os på balkonen, når foreningen Danmark-Kina fejrer overgangen fra Grisens til Rottens år. Få en snak om uddannelse eller kurser, prøv en behandling, se vores flotte plakater, deltag i Qi Gong eller Tai Chi eller tag en slapper i sofaen, mens du får NADA.



Nada-café kl. 10.00 - 11.15

Prøv en NADA behandling i AkupunkturAkademiets stand. NADA består af fem akupunktur nåle i hvert øre. Nålene sættes i uden særlig samtale, hvorefter man sidder 45 min i et roligt lokale og slapper af.

NADA kan bl.a. bruges i forbindelse med problemer med:

- Angst
- Stress
- Søvnløshed
- Afhængighed (fx rygning eller sukkerafhængighed)
- Psykiatriske symptomer
- Personlig udvikling
- Eksamensangst



Qi Gong kl. 11.30 - 12.15

Kom og vær' med (du må også gerne bare kigge på), når AkupunkturAkademiets underviser og akupunktør Dr. Hui Zhang tager Musikhuset igennem De Otte Brokader.

Kinesisk Medicinsk Qigong er baseret på De Otte Brokader (Ba Duan Jing, 八段锦), den mest populære taoistiske form for Qigong i Kina.

De Otte Brokaders Qigong er meget anvendt til at forbedre sundhedstilstanden og livskvaliteten blandt sundhedspopulationer, plejehjem og på hospitaler. Det bruges også som forberedelsestræning til akupunktur og Tuina (kinesisk medicinsk massage) og varierende former for Kungfu.



Nada-café kl. 12.30 - 13.45

Prøv en NADA behandling i AkupunkturAkademiets stand. NADA består af fem akupunktur nåle i hvert øre. Nålene sættes i uden særlig samtale, hvorefter man sidder 45 min i et roligt lokale og slapper af.

NADA kan bl.a. bruges i forbindelse med problemer med:

- Angst
- Stress
- Søvnløshed
- Afhængighed (fx rygning eller sukkerafhængighed)
- Psykiatriske symptomer
- Personlig udvikling
- Eksamensangst



Tai Chi kl. 14.00 - 14.45

Taichi er en berømt form for blød motion som forbedrer muskler og balanceevnen, og forbinder krop og sind.

Forskning har vist, at Taichi bl.a. kan gavne Parkinsons, lammelse, stress, forhøjet blodtryk m.v. Dr. Hui Zhang gennemgår grundbevægelserne for alle der synes det kunne være sjovt at prøve Tai Chi.



Nada-café kl. 15.00 - 16.00

Prøv en NADA behandling i AkupunkturAkademiets stand. NADA består af fem akupunktur nåle i hvert øre. Nålene sættes i uden særlig samtale, hvorefter man sidder 45 min i et roligt lokale og slapper af.

NADA kan bl.a. bruges i forbindelse med problemer med:

- Angst
- Stress
- Søvnløshed
- Afhængighed (fx rygning eller sukkerafhængighed)
- Psykiatriske symptomer
- Personlig udvikling
- Eksamensangst