



## Nyheter på internet/online-fronten med Grandmaster Fan Xiulan Juni-Juli 2020

Många har efterfrågat mat som medicin som internetkurs, hälsoråd av Fan Xiulan samt förstås Biyun Qi Gong, vi planerar därför att göra en serie av workshops med Master Fan på dessa teman för internet under juni månad.



**Sön 14/16:** Egen Hälsa och livskvalitet i svåra tider – I denna workshop talar vi om vikten av rätt livsföring: Bra vila, bra mat o dryck, bra träning, bra aktivitet och arbete, bra sömn, bra tankar med mera, är vägen till hälsa och lycka. En Biyunmeditation lärs också ut.



**2. Sön 21/6: Stilla qigong-meditation** kan vara nyckeln till ny kraft, ljus och glädje i våra liv - Grandmaster Fan Xiulan som högt renommerad expert på området ger nycklarna till hur du med korta enkla meditationer på regelbunden basis kan uppnå kraftfulla effekter. Flera Biyunmeditationer lärs ut. 1h 57 min.



**3. Sön 28/6: Den magiska värmeterapin moxa** – relativt okänd i Väst, men oerhört uppskattad i Öst. Det gamla kinesiska ordspråket säger: där akupunktur och massage inte hjälper, där hjälper moxa. TKM-professorn Fan Xiulan guidar oss till dess hemligheter. En Biyunmeditation lärs också ut.



**4. Sön 5/7: Mat är bästa medicinen** – den kinesiska medicinska läkaren och professorn Fan Xiulan myntade detta begrepp i Sverige redan för ett kvarts sekel sedan. På denna workshop lär hon ut både i teori och praktik hur vi lagar några enkla och lättillgängliga rätter, och samtidigt mycket uppbyggande och hälsosamma. En Biyunmeditation lärs också ut.

Du kan alltså köpa dessa kurser i Biyunakademins e-butik, <http://biyun.ebutiken.nu/>

**Datum:** Lägg ut för nedladdning med början på söndagar fr o m 14 juni och 21, 28 juni samt 5 juli.

**Tid:** Från Klockan 13.00 respektive datum så finns de tillgängliga för nedladdning för att titta på. Du har alltså tillgång till dem när som helst efter det. De är inte livesända videos.

**Pris:** 150 kr per workshop eller 390 för alla fyra (**tidsbegränsat erbjudande till 5/7**). Förbetalas på vår e-butik för mottagande av länk.

Vi planerar också att ge ut flera internetkurser, bl.a. med Stilla Qi Gong, Delfinkraftens Qi Gong och Jichu Gong.

**Vi kommer även att erbjuda mer kurser på internet både online** - Jichu Gong i juni med Göran Jakobsson och för nedladdning. Stilla qigong, försvarskraft, Mat som Medicin och Moxa enligt ovan med Fan Xiulan. Allt med syfte att möta upp den stora efterfrågan på detta inte minst nu i Corona-tider.

**Biyunakademien** – [info@biyun.se](mailto:info@biyun.se) – [www.biyun.se](http://www.biyun.se)