



Regenerations-Kompetenz-Qigong (RKT®)

– Training der Erholungsfähigkeit –

RKT®-Qigong

Dieses Seminar können auch  
EinsteigerInnen zur Erst-  
Zertifizierung besuchen. Weitere  
Infos dazu im Text!

**Kurs und Konzept sind  
durch die ZPP  
anerkannt!**

## Einladung zur Supervision und Erstzertifizierung für Trainerinnen und Trainer des RKT-Qigong® und des Regenerationskompetenztraining-RKT®

Liebe RKT®- Kollegin, lieber RKT®-Kollege,

wir hoffen, ihr seid in diesen stürmischen Zeiten gesund und dank eurer Regenerationskompetenz auch gut verankert in eurer Mitte geblieben. Krisenzeiten sind auch immer Zeiten der Veränderung. Seit wir versuchen, RKT®-Qigong verstärkt in die Welt zu bringen, war und ist es eine Herausforderung, mit unserem Thema auch in der Arbeitswelt zu landen – so, wie es Yoga ja schon lange gelungen ist. Mittlerweile zeigen sich hier aber Veränderungen. Menschen suchen zunehmend nach Möglichkeiten, wie sie bei all den beunruhigenden Nachrichten und Entwicklungen um uns herum, „Anker“ finden können, die ihnen Sicherheit, Selbstvertrauen und Zuversicht schenken. **Regenerationskompetenz und Resilienz** können solche Anker sein. Nun kommen auch schon gezielte Anfragen aus dem BGM an unsere RKTler\_innen nach Regenerationsangeboten. Wenn nicht jetzt, wann dann? Wir sollten die Chancen, die sich aus den Krisen ergeben, nutzen und zeigen, dass unser RKT® ein ganz wichtiges Modul zur Stärkung von körperlicher, seelischer und geistiger Gesundheit und Widerstandskraft ist!

Wir haben uns jetzt für zwei Termine entschieden, zu denen ihr eure Zertifizierung verlängern bzw. eine Erstzertifizierung erlangen könnt: einen Online- und einen Präsenz-Termin.

Unsere Online-Supervision Ende Juni 2021 ist sehr gut angekommen. Wir waren alle überrascht, was man online doch alles hinbekommen kann – einschließlich Übungseinheiten. Deshalb bieten wir euch wieder einen ZOOM-Online-Termin am Wochenende an, der am **21. und 22. Mai 2022** stattfindet. So könnt ihr sicher sein, dass ihr eure – bei einigen ja seit 2020 – anstehende Zertifikatsverlängerung auch zeitnah bekommt!

Der **Präsenztermin** wird dann am **3. und 4. September 2022** stattfinden (siehe Infos unten).

Da das Programm im Online-Training ebenfalls sehr gut ankam, wollen wir es euch auch von den Inhalten her wieder weitgehend genauso anbieten, allerdings den zeitlichen Schwerpunkt noch mehr auf die Übungspraxis legen. Aber ihr wisst ja, dass wir uns auch im Seminar immer flexibel auf eure Wünsche einstellen und die Schwerpunkte auch anders gestalten können, wenn ihr das möchtet.

## **Das Programm: Was ist für euch wichtig, interessant und spannend?**

- 1. Natürlich die Rezertifizierung für die nächsten 2 Jahre (oder die Erstzertifizierung für 2 Jahre)!**
- 2. Kollegiale Supervision zu den RKT®-Übungen**

Du machst die 5 Hauptübungen oft – für dich oder mit deinen Teilnehmenden in deinen Kursen? Dann teile doch deine Erfahrungen mit uns oder hol dir Feedback zu deiner Art der Ausführung, wenn du das möchtest. Vielleicht gibt es auch Fragen oder Anregungen, die du mit uns besprechen möchtest. Oder du hast die Übungen doch schon länger nicht mehr gemacht und fragst dich: Wie ging denn das noch genau? Deine Fragen werden beantwortet und du kannst gemeinsam mit uns nochmal üben und wieder sicherer werden. Vielleicht interessierst du dich auch für die TCM-Aspekte der Übungen – auch hierzu können wir unser Wissen und unsere Erfahrungen austauschen. Alle „Einsteiger\_innen für die Erst-Zertifizierung“ lernen die Übungen natürlich von Grund auf. Da wir zwei Trainer sind, lässt sich das auch gut parallel durchführen.

- 3. „Herausfordernde TeilnehmerInnen“ und verschiedenen Lerntypen**

Hast du dich schon mal gefragt, weshalb du mit deiner Art, zu lehren und zu vermitteln, bei manchen Teilnehmer\_innen ganz besonders gut ankommst und die „Chemie“ einfach super stimmt? Und warum es andererseits bei dem einen oder der anderen Teilnehmer\_in manchmal einfach „hakt“? Hierzu bekommst du einige grundlegende Informationen zu einem Tool, das du gut als „Schlüssel zur Selbst- und Menschenkenntnis“ einsetzen und mit dem du unterschiedliche Verhaltensweisen von Menschen in Lern- aber auch in anderen Situationen besser erklären kannst. Denn neben unserer fachlichen Kompetenz brauchen wir vor allem auch „Selbst- und Menschenkompetenz“, die du mit diesem Tool sehr effektiv weiterentwickeln kannst.

- 4. RKT®-Qigong – Wie können wir veränderte Arbeitsbedingungen nutzen, um mit unserem hilfreichen Angebot bekannter zu werden?**

In meiner Zertifizierung zur Live-Online-Trainerin habe ich ein konkretes Konzept mit dem Titel „Regenerationskompetenz für Bildschirmarbeiter\_innen“ entwickelt. Es geht darum, wie Menschen, die viel Zeit vor dem Bildschirm (Homeoffice) verbringen, durch Stärkung ihrer Erholungsfähigkeit gesund und motiviert bleiben können, denn die Gefährdung durch dieses „artfremde“ Arbeiten ist nicht zu unterschätzen. Das Konzept stelle ich euch in seinen Grundzügen vor, um euch weiteres Entwicklungspotenzial zu unserem Thema aufzuzeigen. Vielleicht fragst du dich auch, wie man Live- und Online-Trainings denn überhaupt bekannt machen und vermarkten kann? Nimm aus dem Seminar neue Ideen und Impulse mit!

- 5. Regeneration und Resilienz – wie hängt das zusammen?**

Wir meinen, dass gerade jetzt Angebote zu **Regeneration in Verbindungen mit Resilienz** ganz besonders große Chancen haben. Deshalb wollen wir dann auch mal genau besprechen, wie beide zusammenhängen und wie wir besser herausstellen können, welche wichtige Rolle gerade die Regenerationskompetenz in der Resilienz-Thematik spielt. Man kann sich nur wundern, dass im kürzlich online veranstalteten „Resilienz-Kongress“ mit 66 Experten-Interviews nicht ein einziges Mal das Wort „Regenerationskompetenz“ in den Titeln vorkam. Wir meinen, das muss sich ändern!

## 6. Raum für „Miteinander“ und für eure speziellen Anliegen

Auch dafür ist Zeit vorgesehen. Freut euch auf interaktive Seminare mit spannenden Inhalten, Spaß und Überraschungen 😊!

**Wir freuen uns auf euch!!!**

### Einladung auf Margit`s Blink.it Lernplattform

Zu guter Letzt noch was Neues: Sobald du dich angemeldet hast, bekommst du von Margit eine Einladung zu ihrer RKT®-Lernplattform. Auf dieser findest du erst mal alles, was du für das Erstzertifizierungs- und Supervisions-Seminar brauchen kannst, aber darüber hinaus auch weiter Infos und Möglichkeiten zur Interaktion. Lass dich überraschen!

### Corona – Information

Wir stimmen unser Hygienekonzept mit dem des Tagungshauses aktuell ab (siehe Tagungsort unten). Du erhältst mit deiner Anmeldebestätigung auch die notwendigen Unterlagen und Informationen dazu.

### Termine und Randzeiten:

#### Live-Online-Training

für die Supervision: 21. Mai 2022, 09:00 – 17:00 Uhr, 22. Mai 2022, 09:00 – 12:00 Uhr

#### Präsenztraining

für die Supervision und

Erstzertifizierung:

3. September, 11:00 Uhr bis 4. September, 15:00 Uhr

### Tagungs-Ort:



### Evangelische Tagungsstätte Hofgeismar im VCH

Gesundbrunnen 8

34369 Hofgeismar

Telefon 05671/881-107

Fax 05671/881-154

Email: [andrea.diehl@ekkw.de](mailto:andrea.diehl@ekkw.de)

[www.tagungsstaette-hofgeismar.de](http://www.tagungsstaette-hofgeismar.de)

NEU – Elektronische Gästemappe <http://gss.onl/mahphq>

## Wert deines Supervisions-Seminars:

270,00 € (Live-Online und/oder Präsenz)

Erstzertifizierung 350,00 € (Präsenz und zusätzlich ein halber Tag Live-Online)

## Übernachtung und Verpflegung im Live-Training:

125,50 € (enthält eine Übernachtung im Einzelzimmer mit Vollpension und Pausenverpflegung)

55,00 € für eine zusätzliche Übernachtung mit Frühstück bei Anreise am Vorabend

**Bitte melde dich für das Live-Online-Training 8. Mai 2022 und für das Präsenztraining bis spätestens 31. Juli 2022 an, da wir rechtzeitig stornieren müssen, wenn wir nicht genügend Anmeldungen haben.**

## Maile deine Anmeldung bitte an:

[www.qigong-am-niederrhein.de](http://www.qigong-am-niederrhein.de), Jürgen Driever 0170/5636317

[planolog@planolog.de](mailto:planolog@planolog.de), Margit Gätjens 0170/9084161

Wenn du noch Fragen hast, kontaktiere Jürgen oder mich gerne direkt per E-Mail oder Telefon.

## Du möchtest die Erstzertifizierung im RKT®-Qigong und Regenerationskompetenztraining (RKT)®?

Wenn du die Grundvoraussetzung erfüllst, kannst du gerne an dieser Supervision teilnehmen. Mit einem zusätzlichen halbtägigen Onlinetraining, in dem dir die notwendigen Grundlageninformationen vermittelt werden, bekommst du dann die Zertifizierung. (Voraussetzung: Du bist Absolvent/in oder aktuelle Teilnehmer/in einer nach dem Standard der Qigong-Fachgesellschaft qualifizierten Qigong-TrainerIn-Ausbildung). Für dein Live-Online-Training vereinbaren wir einen individuellen Termin mit dir.

Fragen dazu? Am besten direkt Margit oder Jürgen anmailen / anrufen ☺!

***Wir wünschen euch eine sonnige Frühlingszeit, bleibt gesund und herzliche Grüße von***

***Margit und Jürgen  
Euer RKT-Team***

