

# Dabei zu sein, war diesmal nicht alles

Kornwestheimer Qigong-Enthusiasten kehren mit Gold- und Silbermedaille aus Peking zurück

## KORNWESTHEIM/PEKING

Ein fünfköpfiges Team der Kornwestheimer Qigong- und Taichischule unter Leitung von Dr. Zengming Sun und Karin Brezger hat beim internationalen Qigongwettbewerb an der Sportuniversität in Peking zwei Pokalsiege errungen. Angetreten waren die vier Frauen und ihr Lehrer als die erste deutsche Gruppe, die bislang an diesem Wettbewerb teilgenommen hat. Neben vor allem chinesischen Teilnehmerinnen und Teilnehmern waren Teams aus Argentinien, Belgien, Dänemark, Frankreich, Japan, Korea, Russland, Singapur und Uruguay am Start.

Das eigentliche Ziel der Qigongenthusiasten – wie sie auch an der Pekinger Sportuniversität genannt werden – ist es, mit Qigong, was übersetzt „Übungen für die Lebenspflege“ bedeutet, dem Körper etwas Gutes zu tun und die Gesundheit aktiv zu fördern.

Praktiziert wird an der Korn-



Das erfolgreiche Kornwestheimer Team.

Foto: privat

westheimer Schule eine besondere Form des Qigong, das Dao-Yin Yangsheng Gong (DYSSG), das an der Sportuniversität gelehrt wird und von Prof. Zhang Guangde (Sportuniversität Peking) entwickelt wurde. DYSSG ist ein medizinisch orientiertes Bewegungskonzept, in dem Tai-chi und Qigong auf einmalige Art zu einer umfassenden, wirksamen Übungsreihe miteinander verschmelzen, die bei Prä-

vention und Therapie von chronischen Krankheiten eingesetzt wird.

Der Wettbewerbsgedanke spielt beim Praktizieren der Übungen normalerweise keine Rolle, aber die eigenen Fertigkeiten mit denen anderer Nationen zu vergleichen und sich über die Umsetzung und die Wirkungen der Übungen auszutauschen, hat einen großen Reiz auf die Beteiligten ausgeübt.

Dass daneben noch ein internationaler Workshop an der Sportuni besucht wurde und das Ganze mit einer Chinareise verbunden war, hat für ausreichend Abwechslung gesorgt.

Beim Wettbewerb dabei zu sein ist alles, lautete das Motto des Kornwestheimer Teams. Aber es wurde mehr daraus. Der fünfköpfigen Gruppe gelang ein zweiter Platz beim sogenannten „Gesundheitschützenden Qigong“, der chinesische Lehrer Dr. Zengming Sun holte darüber hinaus mit einer gesundheitschützenden Taichi-Fächerform eine Goldmedaille.

„Wir sind alle überglücklich, da hat sich das Üben und die ganze Aufregung gelohnt“, so Karin Brezger, die Mitbegründerin der Kornwestheimer Schule. Außerdem, ergänzt sie mit einem Schmunzeln, „haben wir gezeigt, dass auch die Langnasen einen Pokal gewinnen können“. (red)

**INTERNET:** [www.cosmos-taichi.de](http://www.cosmos-taichi.de)