


Certificeret Qigong Instruktør udd. - CQIU H26-28		CQIU Hold 26-28	
Modul	Teori	Øvelser	Før uddannelsesstart
1	Forberedelse	Basis Qigong kursus og kroppens DAO	Senest 2 uger før start åbnes materiale til forberedelse: Basis Qigong og modul 1 QP
Modul	Teori	Øvelser	Uddannelsesstart 21/9-2026
1	Basis Qigong både teori og praksis.	Basis Qigong kursus og kroppens DAO	Uge 39 - 21/9-26 kl. 17.00-20.00 - online
1	Basis Qigong	Basis Qigong kursus og kroppens DAO	Uge 40 - Selvstudie - studiegruppe møde
1	Qigong Practitioner - Tai chi Qigong Shibashi set 1 - #1-4		Uge 41 - Selvstudie - studiegruppe møde
1	Qigong Practitioner - Tai chi Qigong Shibashi set 1 - #5-9		Uge 42 - Selvstudie - studiegruppe møde
1	Qigong Practitioner - Tai chi Qigong Shibashi set 1 - #10-13	<u>20/10-26 - TQS og 40 dage - Qigong Practitioner</u>	Uge 43 - 19/10-26 kl. 17.00-20.00 - online
1	Qigong Practitioner - Tai chi Qigong Shibashi set 1 - #14-16	<u>TQS og 40 dage - Qigong Practitioner</u>	Uge 44 - Selvstudie - studiegruppe møde
1	Qigong Practitioner - Tai chi Qigong Shibashi set 1 - #17-18	<u>TQS og 40 dage - Qigong Practitioner</u>	Uge 45 - Selvstudie - studiegruppe møde
1	Qigong Practitioner - TQS og 40 dage	<u>TQS og 40 dage - Qigong Practitioner</u>	Uge 46 - 9/11-26 kl. 17.00-20.00 - Spørgetime TQS 40 dage
1	Qigong Practitioner - TQS og 40 dage	<u>TQS og 40 dage - Qigong Practitioner - slut 29/11-26</u>	Uge 47 - Selvstudie - studiegruppe møde
1	Fra QP -> QIT, 3 formål og mål, Parametre - 4 for deltageren & i fagsprog, 7 roller og egenskaber for en dygtig Qigong instruktør.	Basis Qigong	Live dage: 26-29/11-2026 torsdag kl. 15.00-20.00, kl. 9-18.00 fredag - lørdag, søndag 9.00-15.00 = 29 timer
1+2	UVPL - de fire didaktiske spørgsmål til øvelser.	Basis Qigong, Wuji Stance, Qigong Åndedrættet, 3 Benbevægelser (3BB), Wuji Stance - Individuel justering	Ditto
2	UVPL - de fire didaktiske spørgsmål til øvelser.	4 parametre - Taichi Qigong Shibashi set 1 #1-18	Ditto
1+8	TCM, forskellige energiprocesser og særlige punkter i TCM og DAO, Yi Intention	Basis Qigong	Ditto
3	Peakperformance	Peak øvelser, Stressrelease og grounding øvelser og du instruerer dine studiekammerater i en basis Qigong øvelse	Ditto
Studie-gruppe			Uge 49
2	UVPL - de fire didaktiske spørgsmål til øvelser.	4 parametre - Taichi Qigong Shibashi set 1 #1-18	Uge 50 - Mandag, 7. december 2026 · 16:30-19:30
2	UVPL 4 did. (sæson/projekt/hold - vi har dækket enkeltøvelse og den anbefaler jeg, at du gør for hver øvelse) Hvad er Qi, Yin og Yang og skabelsen - kosmologisk. Grundelementer - programlægningskitse DAO skabelsen	Taichi Qigong Shibashi / TQS set 1 #1-18 med individuel justering	Uge 52 - Mandag, 21. december 2026 · 16:30-19:30
Studie-gruppe/juleferie			Uge 53 - 2026
Studie-gruppe/juleferie			Uge 1 - 2027
2	UVPL 4 did. (session) Grundelementer - programlægningskitse grundtanker DAO/Vejen - Tiger-Tiger, 3WU	Taichi Qigong Shibashi set 1 #1-18 med individuel justering	Uge 2 - Mandag, 11. januar 2027 · 16:30-19:30

2	UVPL 4 did. (begynderQIT-program) Grundelementer (tale opgave m UVA)	Taichi Qigong Shibashi set 1 #1-18 med individuel justering	Uge 4 - Mandag, 25. januar 2027 · 16:30-19:30
2	UVPL 4 did. Grundelementer tale opgave/dit projekt	Taichi Qigong Shibashi set 1 #1-18 med individuel justering	Uge 6 - Mandag, 8. februar 2027 · 16:30-19:30
2	UVPL 4 did. Grundelementer tale opgave/dit projekt	Taichi Qigong Shibashi set 1 #1-18 med individuel justering	Uge 8 - Mandag, 22. februar 2027 · 16:30-19:30
2+3	UVPL + PEAK 4 did. Abstrakt fra Modul 1+3	Dine 4 did. hvd. spm til teori og øvelser fra Modul 1+2	Uge 10 - Mandag, 8. marts 2027 · 16:30-19:30
Studiegruppe			Uge 12 - Påske 2027
4	Fascia	Qi Massage: The Shakeout/Universet Ryster	Uge 14 - Mandag, 5. april 2027 · 16:30-19:30
4	Fascia	Qi Masage rysteøvelser	Uge 16 - Mandag, 19. april 2027 · 16:30-19:30
4	Fascia	Qi Massage: Stræk	Uge 18 - Mandag, 3. maj 2027 · 16:30-19:30
Studiegruppe			Uge 20 - Pinse 2027
CQI - VFQA	CQI-VFQA -> halvårlig Qigong Instruktør dag		Lørdag, 29. maj 2027 · 09:00-17:00
4	Fascia	Qi Massage: Rotationsøvelser	Uge 22 - Mandag, 31. maj 2027 · 16:30-19:30
2+3+4	UVPL + PEAK 4 did. Abstrakt fra Modul 4	Dine 4 did. hvd. spm til teori og øvelser fra Modul 1+3+4+5 - du instruerer via Zoom	Uge 24 - Mandag, 14. juni 2027 · 16:30-19:30
Sommerferie	Sommerferie i juli	Ingen undervisning i juli	Sommerferie i juli 2027
	Anatomi og bevægeapparatets biomekanik	Liangong Shibafa part 1 #1-18	Uge 32 - Mandag, 9. august 2027 · 17:00-20:00
	Anatomi og bevægeapparatets biomekanik	Liangong Shibafa part 1 #1-18	Uge 34 - Mandag, 23. august 2027 · 17:00-20:00
5	Anatomi og bevægeapparatets biomekanik	Liangong Shibafa part 1 #1-18	Uge 36 - Mandag, 6. september 2027 · 17:00-20:00
5	Anatomi og bevægeapparatets biomekanik	Liangong Shibafa part 1 #1-18	Uge 39 - Mandag, 27. september 2027 · 17:00-20:00
5	Anatomi og bevægeapparatets biomekanik	Liangong Shibafa part 1 #1-18	Uge 41 - Mandag, 11. oktober 2027 · 17:00-20:00
5	Anatomi og bevægeapparatets biomekanik	Liangong Shibafa part 1 #1-18	Uge 43 - Mandag, 25. oktober 2027 · 17:00-20:00
CQI - VFQA	CQI-VFQA -> halvårlig Qigong Instruktør dag		Lørdag, 6. november 2027 · 09:00-17:00
3+4	UVPL + PEAK 4 did. Abstrakt fra Modul 5	Dine 4 did. hvd. spm til teori og øvelser fra Modul 1+2+3+4+5 - du instruerer via Zoom	Uge 46 - Mandag, 15 november 2027 · 17:00-20:00
3	QIT UV (Peakperformance)	Du instruerer dine studiekammerater	Uge 48 - 3-5/12-27 - kl. 10-17.00 fredag, kl. 9-17.00 lørdag. Søndag kl. 9.00-16.00 = 22 timer
6	Fascia - (KFØ) samt Nervus Vagus og m. Psoas - Polyvagal teori	Kejserens foryngende Øvelser - KFØ #1-17	Ditto
6	Fascia - (KFØ) - Polyvagal teori	Kejserens foryngende Øvelser - KFØ #1-17	Ditto
6	Fascia - (KFØ) - Polyvagal teori, MBM og CIH i Kolibri Qigong	Kejserens foryngende Øvelser - KFØ #1-17	Ditto
6	Fascia - (KFØ) - Polyvagal teori, MBM og CIH i Kolibri Qigong	Kejserens foryngende Øvelser - KFØ #1-17	Ditto
6	Fascia - (KFØ) - Polyvagal teori, MBM og CIH i Kolibri Qigong	Kejserens foryngende Øvelser - KFØ #1-17	Ditto

2+3	UVPL + PEAK 4 did. Abstrakt fra Modul 6	Dine 4 did. hvd. spm til teori og øvelser fra Modul 1+2+3+4+5+6	Ditto
7	Om at gå fra QIT til Cert - 3 parametre + extra dimension, 3 mål og formål, 7 roller (ikke terapeut, blot effekten) 7 personlighedstyper i Qigong	Stances, Walking Qigong, Silkeøvelserne	Uge 50 - Mandag, 13. december 2027 · 17:00-20:00
7	Om at gå fra QIT til Cert - 3 parametre + extra dimension, 3 mål og formål, 7 roller (ikke terapeut, blot effekten) 7 personlighedstyper i Qigong	Stances, Walking Qigong, Silkeøvelserne	Uge 1 - Mandag, 3. januar 2028 · 17:00-20:00
7	Om at gå fra QIT til Cert - 3 parametre + extra dimension, 3 mål og formål, 7 roller (ikke terapeut, blot effekten) 7 personlighedstyper i Qigong	Stances, Walking Qigong, Silkeøvelserne	Uge 3 - Mandag, 17. januar 2028 · 17:00-20:00
2+3	UVPL + PEAK 4 did. Abstrakt fra Modul 7	Dine 4 did. hvd. spm til teori og øvelser fra Modul 1+2+3+4 - du instruerer via Zoom	Uge 5 - Mandag, 31. januar 2028 · 17:00-20:00
Jul	Ingen undervisning i uge 51+52+1	Ingen undervisning i uge 51+52+1	Ingen undervisning i uge 51+52+1
8	Intro TCM, 5 elementer og DAO - Medicinsk Qigong - boost immunforsvar fra QP, Yi og "når så" og tidsbegrebet -	De fem elementer som bevægelse - De fem årstider #1-5, De seks helende lyde	Uge 8 - Mandag, 21. februar 2028 · 17:00-20:00
8	TCM, 3 ud af 5 elementer og DAO	De fem elementer som bevægelse - De fem årstider #1-5, De seks helende lyde	Uge 10 - Mandag, 6. marts 2028 · 17:00-20:00
8	TCM, sidste 2 ud af 5 elementer og DAO	De fem elementer som bevægelse - De fem årstider #1-5, De seks helende lyde	Uge 12 - Mandag, 20. marts 2028 · 17:00-20:00
9	Hjernebølger, trance og meditation - sindets struktur	Åndedræt, Basis Qigong m. Benbevægelser	Uge 14 - Mandag, 3. april 2028 · 17:00-20:00
2+3	UVPL + PEAK 4 did. Abstrakt fra Modul 8-9	Dine 4 did. hvd. spm til teori og øvelser fra Modul 1+2+3+4 - du instruerer via Zoom	Uge 17 - Mandag, 24. april 2028 · 17:00-20:00
11	<b>Deadline</b> aflevering af dit certificeringsprogram	Aflevering af dit certificeringsprogram inden live dage med certificering.	Uge 18 - Mandag, 2. maj 2028 - aflevering af cert. program inden live dage
8	Flow af Qi - hvad ved vi nu?	Flow i bevægelser og i din instruktion	Live dage: Uge 18 - 4-7/5- 28 torsdag kl. 15.00-20.00 og fredag+lørdag+ søndag kl. 9-17.00 = 29 timer
9	Hjernebølger, trance og meditation - sindets struktur	Åndedræt, Basis Qigong m. Benbevægelser	Live dage: Uge 18 - 4-7/5- 28 torsdag kl. 15.00-20.00 og fredag+lørdag+ søndag kl. 9-17.00 = 29 timer
10	Skånsom Qigong - fx siddende	Skånsom Qigong - du instruerer dine studiekammerater i forhold til et givent hensyn.	Live dage: Uge 18 - 4-7/5- 28 torsdag kl. 15.00-20.00 og fredag+lørdag+ søndag kl. 9-17.00 = 29 timer
11	Certificering - skriftlig og mundtlig	UVPL + PEAK 4 did.	Live dage: Uge 18 - 4-7/5- 28 torsdag kl. 15.00-20.00 og fredag+lørdag+ søndag kl. 9-17.00 = 29 timer
UV	QIT UV (Peakperformance)	Du instruerer i dit certificeringsprogram - åben for deltagere udefra, gratis.	Live dage: Uge 18 - 4-7/5- 28 torsdag kl. 15.00-20.00 og fredag+lørdag+ søndag kl. 9-17.00 = 29 timer
	<b>93 online UV timer</b>	31 online UV gange á 3 timer	<b>93 online UV timer</b>
	<b>80 timer af udd. er livetimer</b>	3,5+3+3,5 Live dage	<b>80 timer af udd. er livetimer</b>
	<b>16 timer Live med cert. Qigonginstruktørmedlemsklubben CQI-VFQA</b>	8+8 timer på 2 Live dage	<b>16 timer live med CQI-VFQA</b>
<b>Uddannelsens timer i alt</b>	<b>173 undervisningstimer i selve uddannelsen</b>	<b>150 timer WebQigong</b>	<b>16 timer live med CQI-VFQA - tilbud</b>