



Die Betriebssportgemeinschaft im Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz in Bonn (BSG BML e. V.) veranstaltet in Zusammenarbeit mit dem Projekt „Betriebliches Gesundheitsmanagement“ **ab dem 16.02.2011, in der Zeit von 18:45 Uhr bis 20:15 Uhr am Dienstsitz in Berlin** semesterweise einen **Datong Gong** Kurs.

## **Datong Gong - Die Kunst des Loslassens**

Der Datong Gong Kurs im BMELV bietet einen stillen Gegenpol zu Stress und Hektik der Arbeitswoche. In 20 je 90-minütigen Stunden am Mittwoch Abend führen wir in die Kunst des Loslassens, der Wärme und der inneren Stille ein.

Datong Gong regt mit einfachen, körperlichen Übungen den Bewusstseinsfluss an. Wir verlieren uns in vielfacher Wiederholung unserer Bewegungen, werden aus der Welt der eigenen Gedanken herausgelockt und vergessen, uns selbst festzuhalten. Unsere innere Härte vergeht, unsere innere Last entgleitet unseren Händen und wir lernen, uns selbst loszulassen. Wir werden leicht und still.

Datong Gong entstammt der stillen, meditativen Seite chinesischen Kampfsports. Wir betreiben also kein medizinisches Qi Gong. Alle Übungen können leicht erlernt werden. Viele sind gänzlich still. Die körperlichen Voraussetzungen für Datong Gong sind minimal.

Datong Gong im BMELV wird von Malte Loos, MSc (MIT), angeboten. 1996 begann er mit intensivem Kampfsporttraining. Innerhalb dessen konzentrierte er sich auf Meditation und Energieübungen. Seit 2005 hat er Kampfsport und Datong Gong im Deutschen Bundestag, BMF und anderen Institutionen unterrichtet. Für weitere Auskünfte steht er auf [www.innere-stille.net](http://www.innere-stille.net), unter [malte@innere-stille.net](mailto:malte@innere-stille.net) oder 0174/3790176 zur Verfügung.

Jeder Kurs umfasst 20 Unterrichtseinheiten à 90 Minuten.

Ort: Dienstgebäude an der Französischen Straße 2, Haus 3, Raum 3.5.230  
Kosten: je Kurs **94 € für BSG-Mitglieder, 114 € für Nichtmitglieder für jeweils 20 Unterrichtseinheiten** (Mindestteilnehmerzahl 15, Höchstteilnehmerzahl 20)

## Anmeldung

Ich melde mich hiermit verbindlich für den Kurs Datong Gong der BSG BML e. V. am Dienstsitz in Berlin an.

Bonn, den \_\_\_\_\_

Tel.: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(Name, Vorname)

\_\_\_\_\_  
(Dienststelle/Referat)

\_\_\_\_\_  
(**nur bei externen:** Anschrift und Tel. Nr. - auch dienstliche Nummer)

\_\_\_\_\_  
(**nur bei externen:** e-Mail Adresse)

Ich bin bereits Mitglied in der BSG BML e. V..

Ich möchte Mitglied in der BSG BML e.V. werden. Ich bitte um Übersendung eines Mitgliedsantrages.

Für die Teilnahme am Kurs Datong Gong ist eine Mitgliedschaft in der BSG BML e. V. nicht zwingend erforderlich.

\_\_\_\_\_  
(Unterschrift)

An die  
Abteilungsleiterin „fit for work“ der  
Betriebssportgemeinschaft BSG BML e. V. im  
Bundesministerium für Ernährung,  
Landwirtschaft und Verbraucherschutz  
Frau Anja Holbach  
Rochusstr. 1

53123 Bonn