



Sheng Zhen Deutschland e. V.

Forellenstraße 1a, 82223 Eichenau

Sheng Zhen Meditation

**Internationale LehrerInnen-Fortbildung & Begegnung
mit Gerlinde Laschalt und Zvi Raz**

**Donnerstag, 29. Oktober – Sonntag, 1. November 2026
in Freising bei München, Pallotti Haus**

praktizieren · vertiefen · lernen · austauschen · gemeinsam wachsen

Von Herzen laden wir dich zu einer verbindenden gemeinsamen Zeit im Geist der Sheng Zhen Meditation ein – geprägt von Herzöffnung, innerer Kraft und bewusster Präsenz.

Diese internationale Fortbildung wird von **Gerlinde Laschalt** und **Zvi Raz** geleitet. Im Fokus stehen eine **bewegte Form der Sheng Zhen Meditation** sowie ein vertieftes Eintauchen in **Union of Three Hearts**. Weitere Sheng Zhen Formen werden aufgefrischt.

Sheng Zhen LehrerInnen können ihre eigene Übungspraxis und Lehrpraxis vertiefen und neue Inspiration schöpfen. **Auch alle, die eine Sheng Zhen Lehrer-Ausbildung planen oder sich darauf vorbereiten, sind herzlich willkommen.**

Es gibt Raum für Austausch, Begegnung und gemeinsames Wachsen – zur Stärkung der Vision und Herzenskraft von Sheng Zhen Meditation.

Die Fortbildung findet in englischer Sprache statt und wird bei Bedarf ins Deutsche übersetzt.

Gerlinde Laschalt:

Gerlinde Laschalt, zertifizierte Sheng Zhen und Tai-Chi Relaxation Lehrerin aus Österreich, begann 2005 ihre Sheng Zhen Meditation Reise. 2008 wurde sie erstmals zertifiziert. Für sie ist es ein Herzensweg, die wertvolle Übungspraxis in Workshops und Kursen weiterzugeben. Seit vielen Jahren unterstützt sie zudem „Sheng Zhen International“ durch ehrenamtliche Tätigkeiten. Aktuell ist sie Teil des „World Peace Meditation“ Teams.

Zvi Raz:

Zvi Raz, zertifizierter Lehrer für Sheng Zhen und Tai-Chi Relaxation, ist seit 1998 ein enger Schüler von Meister Li Jun Feng und Li Jing. Er ist Gründer von Sheng Zhen Israel (2005) und stellvertretender Vorsitzender von Sheng Zhen Norwegen. Zvi hat eine Ausbildung in Traditioneller Chinesischer Medizin, lebt in Norwegen und unterrichtet in Norwegen und Israel.

Sheng Zhen Deutschland e.V.

Vereinsregisternummer: VR 208156, Steuernummer: 117/110/70127

Veranstaltungsort:

Pallotti Haus, Pallottinerstraße 2, 85354 Freising, Deutschland

Veranstaltungszeiten:

Donnerstag: 10:00 – 18:00

Freitag: 09:00 – 17:00

Samstag: 09:00 – 17:00

Sonntag: 09:00 – 13:00

jeweils inklusive Mittagessen und Kaffeepausen

Wer im Pallotti Haus übernachten möchte, sollte sich bitte bis **spätestens 20. Juli 2026** anmelden, nur dann können wir die Übernachtung im Pallotti Haus garantieren. Es sind auch einige Zimmer reserviert, für diejenigen, die schon am Mittwoch anreisen wollen. Auch dafür bitte **möglichst früh anmelden**. Wer kein Zimmer mehr im Pallotti Haus bekommen kann, hat natürlich die Möglichkeit, in Freising selbständig eine Unterkunft zu finden.

Seminargebühr: Das Seminar kostet 350 €,
Frühbucherrabatt bis 20. Mai: 300 €

Das **Pallotti Haus** bietet für **Donnerstag bis Sonntag** eine Tagungspauschale mit Vollpension oder die Seminarteilnahme ohne Übernachtung an.

Übernachtung mit Vollpension:	Preise pro Person
Doppelzimmer mit Dusche/WC:	331 €
Einzelzimmer mit Dusche/WC:	361 €
ohne Übernachtung mit Mittagessen und Nachmittagskaffeepause mit Gebäck	160 €

Für diejenigen, die schon am Mittwoch anreisen möchten, können wir gerne eine zusätzliche Übernachtung mit Frühstück für 46 € (Doppelzimmer)/56 € (Einzelzimmer) buchen.

Es wird neben dem Mittagessen nachmittags eine Kaffeepause mit Gebäck angeboten. **Für weitere Getränke während der Übungszeiten bitte selbst vorsorgen. Heißes Wasser steht immer zur Verfügung. Bitte bringt euch eine Trinkflasche oder einen eigenen Becher mit.**

Bitte gebt an, ob ihr bei den Mahlzeiten normale Kost oder vegetarische, gluten- oder laktosefreie Varianten wünscht. Wer andere Lebensmittelunverträglichkeiten hat, wird gebeten selbst alternative Produkte mitzubringen.

Zahlungsmodalitäten:

Seminargebühr

Sobald ihr euch angemeldet habt (Anmeldung auf der letzten Seite einscannen und mailen, oder eine E-Mail mit allen erforderlichen Infos schreiben), bekommt ihr eine Rechnung zugeschickt. Mit Eingang der Überweisung habt ihr euch euren Platz gesichert.

Unterkunft und Verpflegung im Pallotti Haus

Unterkunft und Verpflegung kann direkt vor Ort im Pallotti Haus bezahlt werden.

Wegbeschreibung:

Vom Münchner Flughafen (Franz Josef Strauß) könnt ihr den Bus mit der Nummer 635 nach Freising Bahnhof (20 Minuten) oder die S-Bahn nehmen (S1, Achtung in Neufahrn in Richtung Freising umsteigen). Das Taxi vom Flughafen zum Pallotti Haus kostet ca. 35€ .

Vom Hauptbahnhof München aus könnt ihr mit der S-Bahn fahren (S1 nach Freising, 41 Minuten) oder einen Regionalzug nach Freising nehmen (24 Minuten).

Taxis vom Freisinger Bahnhof bis zum Pallotti Haus kosten ca. 10€. Ihr könnt auch den Bus Nr. 630 zur Camerloherstraße oder den Bus Nr. 631 zur Vimystraße nehmen. Von dort sind es noch 5 Minuten zu Fuß bis zum Pallotti Haus.

Wir freuen uns auf euch!

Manuela, Gaby und Mirjam (Sheng Zhen Deutschland e. V.) mit Gerlinde und Zvi

Stornierungsbedingungen Pallotti Haus:

Bis 3 Monate vor Beginn der Veranstaltung:	kostenfrei
3 Monate bis 6 Wochen vor Beginn der Veranstaltung:	33%
6 Wochen bis 3 Wochen vor Beginn der Veranstaltung:	50%
3 Wochen bis 1 Woche vor Beginn der Veranstaltung:	75%
1 Woche bis Anreisetag:	90%
10% (gerundet) des Kontingents bis 1 Tag vor Beginn:	kostenfrei

Stornierungsbedingungen Seminargebühr:

Bis 6 Wochen vor Beginn der Veranstaltung:	kostenfrei
6 Wochen bis 3 Wochen vor Beginn der Veranstaltung:	50€ Bearbeitungsgebühr
3 Wochen bis 1 Tag vor Beginn der Veranstaltung:	50%
Am Anreisetag	90%

