

# VORANKÜNDIGUNG

## VERANSTALTUNGSKALENDER

### ANISANIS ZENPOW 2025

|                                                                         |                          |                                                                     |                            |
|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------|---------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| Ab 20.1.25 jeden Montag<br>Kursleitung: Flavia Geronimi                 | Montag<br>Körperarbeit   | Yuan Gong Qi Gong<br>Für alle - Abo: 8 Abende / 1 Abend             | 19.30 - 20.30<br>220/35CHF |
| Fr, 5.12 / Do, 18.12 / Di, 30.12.25<br>Kursleitung: László Halmai       | Dienstag<br>Gong         | Gong Meditation<br>Für alle                                         | 19.30 - 20.30<br>40CHF     |
| 22.10 / 29.10 / 12.11 / 19.11 / 26.11.25<br>Kursleitung: Karin Meulman  | Mittwoch<br>Meditation   | Reise zum Ben - Serie 2<br>Für Schüler Serie 1                      | 19.00 - 20.30<br>225CHF    |
| 11.11 / 25.11 / 9.12 / 23.12.25<br>Kursleitung: Karin Meulman           | Dienstag<br>Meditation   | Kreis-Meditation<br>Für Fortgeschrittene                            | 19.00 - 20.15<br>160CHF    |
| 20.11.25<br>Kursleitung: Zsuzsanna Iczés & Karin Meulman                | Donnerstag<br>Meditation | Klangreise<br>Für alle                                              | 19.00 - 20.30<br>60CHF     |
| 27.11.25<br>Kursleitung: Laura Capaul & Zsuzsanna Iczés                 | Donnerstag<br>Meditation | Verbindung zw. Mutter/Eltern und Baby<br>Für Mütter/Eltern und Baby | 19.00 - 20.15<br>50CHF     |
| 29.11.25<br>Kursleitung: Olivia Renée                                   | Samstag<br>Tee Zeremonie | Tee Zeremonie<br>Für alle                                           | 10.30 - 11.45<br>45CHF     |
| 3.12 / 10.12 / 17.12.25 / 21.1. / 28.1.26<br>Kursleitung: Karin Meulman | Mittwoch<br>Meditation   | Reise zum Ben - Serie 3<br>Für Schüler Serie 2                      | 19.00 - 20.30<br>225CHF    |
| 16.12.25<br>Kursleitung: Karin Meulman & Zsuzsanna Iczés                | Dienstag<br>Meditation   | 5 Elemente Klangmeditation - Wasser<br>Für alle                     | 19.00 - 21.00<br>80CHF     |

Seit fast 20 Jahren bilden wir bei anisanis im Generationen-Betrieb Therapeuten praxisorientiert weiter, ganz wie es im alten China, innerhalb der Familien Tradition war. Wir möchten uns an dieser Stelle bei allen Patienten von ganzem Herzen für die grosszügige Unterstützung und das Ermöglichen bedanken.  
Xiexie ni.

Im 2017 hat Marli Rutz anisanis zenpow gegründet, ein Zentrum für praxisorientierte Weiterbildung. Im Zentrum dieser Weiterbildungen steht die Zurückgewinnung der Selbstermächtigung der Menschen, ihre Gesundheit selbst in die Hand zu nehmen. Wer sich gerne in einer oder mehreren Methoden auf dem Laufenden halten möchte, meldet sich bitte per E-Mail ([info@anisanis.ch](mailto:info@anisanis.ch)) für die entsprechenden Newsletter an.

**Ja, ich möchte gerne Informationen zu den folgenden Weiterbildungen erhalten (für Laien und Fachpersonen):**

- Gesamtangebot
- TCM / Daoismus
- Ernährung
- Qi Gong: Daoismus & Herzkultivierung
- Meditation
- Astrologie
- Tee Zeremonie
- Mutterschaft/Elternschaft
- Frauengesundheit
- Klang & Gong

ANISANIS ZENPOW AG, HARDSCHLOSS, SIHLFELDSTRASSE 202, 8004 ZÜRICH  
ANMELDUNG UNTER: [INFO@ANISANIS.CH](mailto:info@anisanis.ch) ODER 043 540 30 70

# VORANKÜNDIGUNG

## VERANSTALTUNGSKALENDER

### ANISANIS ZENPOW 2026

|                                                                  |                          |                                                                                     |                                |
|------------------------------------------------------------------|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
| 20.1 / 3.2 / 24.2 / 10.3 / 24.3.26<br>Kursleitung: Karin Meulman | Dienstag<br>Meditation   | Kreis-Meditation<br>Für Fortgeschrittene                                            | 19.00 - 20.15<br>200chf        |
| Ab 12.01.26 jeden Montag<br>Kursleitung: Flavia Geronimi         | Montag<br>Qi Gong        | Yuan Gong Qi Gong<br>Für alle - Abo: 8 Abende / 1 Abend                             | 19.30 - 20.30<br>220/35chf     |
| 20.1.26<br>Kursleitung: Marli Rutz                               | Dienstag<br>Daoismus     | Daoistische Philosophie<br>Für alle                                                 | 19.00 - 20.30<br>50chf         |
| 22.1.26<br>Kursleitung: Karin Meulman                            | Donnerstag<br>Klang      | Klangbad<br>Für alle                                                                | 19.00 - 20.30<br>50chf         |
| 29.1.26<br>Kursleitung: Karin Arigoni                            | Donnerstag<br>Frauen     | Zyklus des Frauseins - Holz (Frühling):<br>Von der Pubertät zum Frau-Sein           | 18.30 - 20.00<br>chf50 / chf35 |
| 4.2 / 11.2 / 18.2 / 25.2 / 4.3.26<br>Kursleitung: Karin Meulman  | Mittwoch<br>Meditation   | Reise zum Ben - Serie 1<br>Für alle                                                 | 19.00 - 20.30<br>225chf        |
| 10.2.26<br>Kursleitung: Karin Meulman                            | Dienstag<br>Meditation   | Atemreise<br>Für alle                                                               | 19.00 - 20.30<br>45chf         |
| 19.2.26<br>Kursleitung: Susanne Siebenhaar & Karin Meulman       | Donnerstag<br>Astrologie | Astrologische Tendenzen für 2026<br>Für alle                                        | 19.00 - 21.00<br>80chf         |
| 3.3.26<br>Kursleitung: Karin Meulman & Zsuzsanna Iczés           | Dienstag<br>Meditation   | 5 Elemente Klangmeditation - Holz<br>Für alle                                       | 19.00 - 21.00<br>80chf         |
| 11.3 / 18.3 / 25.3 / 1.4<br>Kursleitung: Karin Meulman           | Mittwoch<br>Meditation   | Reise zum Ben - Serie 2<br>Für Schüler Serie 1                                      | 19.00 - 20.30<br>180chf        |
| 19.3.26<br>Kursleitung: Susanne Siebenhaar & Karin Arigoni       | Donnerstag<br>Astrologie | Astrologie & Atmung - eine Reise in deine<br>astrologischen Lebenszyklen / Für alle | 19.00 - 20.30<br>50chf         |
| 20.3.26<br>Kursleitung: Zsuzsanna Iczés                          | Freitag<br>Klang         | Klangmeditation mit dem Monochord<br>Für alle                                       | 19.30 - 21.00<br>50chf         |
| 26.3.26<br>Kursleitung: Laura Capaul & Zsuzsanna Iczés           | Donnerstag<br>Meditation | Verbindung zw. Mutter & Baby stärken<br>Für werdende Mütter                         | 19.00 - 20.15<br>50chf         |
| 31.3.26<br>Kursleitung: Karin Meulman                            | Dienstag<br>Meditation   | Atemreise<br>Für alle                                                               | 19.00 - 20.30<br>45chf         |
| 7.4 / 21.4 / 5.5 / 19.5.26<br>Kursleitung: Karin Meulman         | Dienstag<br>Meditation   | Kreis-Meditation<br>Für Fortgeschrittene                                            | 19.00 - 20.15<br>200chf        |
| 8.4 / 22.4 / 6.5 / 20.5 / 3.6.26<br>Kursleitung: Karin Meulman   | Mittwoch<br>Meditation   | Reise zum Ben - Serie 3<br>Für Schüler Serie 2                                      | 19.00 - 20.30<br>225chf        |

# VORANKÜNDIGUNG

## VERANSTALTUNGSKALENDER

### ANISANIS ZENPOW 2026

|                                                                   |                          |                                                                             |                                |
|-------------------------------------------------------------------|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
| 16.4.26<br>Kursleitung: Karin Meulman                             | Donnerstag<br>Klang      | Klangbad<br>Für alle                                                        | 19.00 - 20.30<br>50chf         |
| 30.4.26<br>Kursleitung: Marli Rutz                                | Donnerstag<br>Daoismus   | Daoistische Philosophie<br>Für alle                                         | 19.00 - 20.30<br>50chf         |
| 7.5.26<br>Kursleitung: Karin Arigoni                              | Donnerstag<br>Frauen     | Zyklus des Frauseins -<br>Feuer (Sommer): Zyklusbasiertes Leben             | 18.30 - 20.00<br>ch50 / chf 35 |
| 28.5.26<br>Kursleitung: Laura Capaul & Zsuzsanna Iczés            | Donnerstag<br>Meditation | Verbindung zw. Mutter/Eltern und Baby<br>stärken Für Mütter/Eltern und Baby | 19.00 - 20.15<br>50chf         |
| 2.6 / 16.6 / 30.6 / 7.7.26<br>Kursleitung: Karin Meulman          | Dienstag<br>Meditation   | Kreis-Meditation<br>Für Fortgeschrittene                                    | 19.00 - 20.15<br>160chf        |
| 4.6.26<br>Kursleitung: Karin Meulman                              | Donnerstag<br>Klang      | Klangbad<br>Für alle                                                        | 19.00 - 20.30<br>50chf         |
| 23.6.26<br>Kursleitung: Karin Meulman & Zsuzsanna Iczés           | Dienstag<br>Meditation   | 5 Elemente Klangmeditation - Feuer<br>Für alle                              | 19.00 - 21.00<br>80chf         |
| 22.7.26<br>Kursleitung: Marli Rutz                                | Mittwoch<br>Daoismus     | Daoistische Philosophie<br>Für alle                                         | 19.00 - 20.30<br>50chf         |
| 18.8 / 1.9 / 15.9 / 29.9 / 20.10.26<br>Kursleitung: Karin Meulman | Dienstag<br>Meditation   | Kreis-Meditation<br>Für Fortgeschrittene                                    | 19.00 - 20.15<br>200chf        |
| 25.8.25<br>Kursleitung: Karin Meulman & Zsuzsanna Iczés           | Dienstag<br>Meditation   | 5 Elemente Klangmeditation - Erde<br>Für alle                               | 19.00 - 21.00<br>80chf         |
| 27.8.26<br>Kursleitung: Karin Arigoni                             | Donnerstag<br>Frauen     | Zyklus des Frauseins - Erde<br>(Spätsommer): Vor den Wechseljahren          | 18.30 - 20.00<br>chf50 / chf35 |
| 18.9.26<br>Kursleitung: Zsuzsanna Iczés                           | Freitag<br>Klang         | Klangmeditation mit dem Monochord<br>Für alle                               | 19.30 - 21.00<br>50chf         |
| 13.10.26<br>Kursleitung: Karin Meulman & Zsuzsanna Iczés          | Dienstag<br>Meditation   | 5 Elemente Klangmeditation - Metall<br>Für alle                             | 19.00 - 21.00<br>80chf         |
| 27.10.26<br>Kursleitung: Marli Rutz                               | Dienstag<br>Daoismus     | Daoistische Philosophie<br>Für alle                                         | 19.00 - 20.30<br>50chf         |
| 3.11 / 17.11 / 1.12 / 15.12.26<br>Kursleitung: Karin Meulman      | Dienstag<br>Meditation   | Kreis-Meditation<br>Für Fortgeschrittene                                    | 19.00 - 20.15<br>160chf        |
| 12.11.26<br>Kursleitung: Karin Arigoni                            | Donnerstag<br>Frauen     | Zyklus des Frauseins - Metall & Wasser<br>(Herbst/Winter): Wechseljahre     | 18.30 - 20.00<br>chf50 / chf35 |
| 8.12.26<br>Kursleitung: Karin Meulman & Zsuzsanna Iczés           | Dienstag<br>Meditation   | 5 Elemente Klangmeditation - Wasser<br>Für alle                             | 19.00 - 21.00<br>80chf         |

ANISANIS ZENPOW AG, HARDSCHLOSS, SIHLFELDSTRASSE 202, 8004 ZÜRICH  
ANMELDUNG UNTER: [INFO@ANISANIS.CH](mailto:info@anisanis.ch) ODER 043 540 30 70