dominika müller

健康

PRAXIS FÜR CHINESISCHE MEDIZIN UND SHIATSU
YANGSHENG CHADAO – CHINESISCHE TEESPEZIALITÄTEN

養生茶道

YANGSHENG CHADAO – DAS QI MIT TEE KULTIVIEREN

Gütschweg 3 | 6430 Schwyz | Tel. 041 810 23 11

Die Teekultur im Reich der Mitte

Die Teekultur blickt im Reich der Mitte auf eine 5000 Jahre alte Tradition zurück. Im Laufe der Zeit erweiterte sich das Wissen und die Erfahrungen in Bezug auf die Gesundheit. Auch in unserem Kulturkreis gewinnt der Teegenuss immer mehr an Beliebtheit. Yangsheng Chadao heisst übersetzt, das Qi mit Tee zu kultivieren. Der Tee unterstützt und stabilisiert den natürlichen Körperrhythmus und steigert die Konzentrationsfähigkeit. Der grüne, weisse und gelbe Tee wirken kühlend auf den Körper. Der rote, schwarze und Oolong Tee besitzen eine wärmende Eigenschaft. Je nach Jahreszeit und Wohlbefinden kann der passende Tee ausgesucht werden.

KLEINE EINFÜHRUNG ZU DEN MATERIALIEN UND TEESORTEN

TEESORTEN

Grüner Tee: nicht fermentiert, Wassertemperatur: 80-85 Grad, Ziehzeit: 2-3min., kühlt den Körper, Yin, verbessert die Konzentration, vertreibt Müdigkeit (sehr gut für nach dem Mittagessen), unterstützt die Ausscheidung

Weisser Tee: nicht fermentiert, edle Teesorte, milder Geschmack, Wassertemperatur: 80-85 Grad, Ziehzeit: ca. 3min., erfrischt den Körper, Yin, fördert die Konzentration

Gelber Tee: leicht und nur teilweise fermentiert, Wassertemperatur: 85-90 Grad, Ziehzeit: 2-3 min., kühlende Wirkung, Yin, entspannend, verbessert Konzentration, unterstützt den Stoffwechsel

Roter Tee: fermentiert, Wassertemperatur: 100 Grad, Ziehzeit: 2 min., wird im Westen als Schwarztee bezeichnet, Yang, baut Qi auf, bei kalten Händen und Füssen, positive Wirkung auf den Stoffwechsel

Pu Er Tee (schwarzer Tee): fermentiert, Wassertemperatur: 100 Grad, Ziehzeit: ca. 3 min., geeignet zum Frühstück (belebend), spendet dem Körper Yang (Wärme), unterstützt den Stoffwechsel, fördert die Ausscheidung und die Konzentration

Oolong: fermentiert, Wassertemperatur: 100 Grad, Ziehzeit: ca. 2 min., Yang, steigert die Konzentrationsfähigkeit, unterstützt die Zusammenarbeit der inneren Organe, fördert den Stoffwechsel und die Ausscheidung

Jasmintee: natürliche Aromatisierung von grünem oder weissem Tee mit Jasminblüten, Wassertemperatur: 80-85 Grad, Ziehzeit: ca. 2 min., zwischen Yin und Yang, fördert den Qi-Fluss, wirkt ausgleichend, fördert die Konzentration

MATERIALIEN

Porzellan: Kannen oder Tassen aus diesem Material eignen sich für Tee mit einer Aufgusstemperatur unter 100 Grad. Porzellan speichert die Wärme weniger gut als Ton. Für folgende Tees geeignet: grüner, weisser, gelber und Blumentee

Ton (Yixing): Der Ton speichert die Wärme am Längsten. Tonkannen werden für Teesorten gebraucht, welche mit kochendem Wasser übergossen werden. Der Tee entfaltet sein Aroma besonders gut, da er wie durch den Ton „atmen“ kann. Für die traditionelle Teezubereitung „ Gong Fu Cha“ werden Teekanne und die kleinen Teeschalen aus diesem Material verwendet. Die Yixing-Tonkannen dürfen nur mit Wasser gereinigt werden. Durch das mehrmalige gebrauchen erhält die Oberfläche einen schönen Glanz. Für folgende Teesorten geeignet: Oolong, roter oder schwarzer Tee.

Glas: Bei der Teezubereitung mit der Glaskanne, kann das Aufgehen einer Teeblume oder das Enfalten der Teeblätter beobachtet werden. Leider speichert Glas die Wärme weniger gut. Für folgende Teesorten geeignet: grüner, weisser, gelber oder Blumentee.

Tee

Grüner Tee

«Pi Lo Chun»

Aus ökologischem Anbau, dunkelgrünes und spiralartig gedrehtes Blatt, mildes und fruchtiges Aroma, jadegrüne Aufgussfarbe, wirkt kühlend auf den Körper, belebende Wirkung, verbessert die Konzentration (vor allem am Nachmittag getrunken)

Menge: 1 TL / Tasse, 1EL / Liter,
Wassertemperatur: ca. 80 Grad, Ziehzeit: 2-3 min.

50g Preis: Fr. 9.50 / 100g Preis: Fr. 17.00

«Lung Ching»

Aus ökologischem Anbau, wird «Drachenblumentee» genannt, flaches Blatt, zart grüner Aufguss, die Blätter tanzen im Wasser, blumiges Aroma, nur leicht kühlend, ausgleichende Wirkung, sanft anregend, Qi aufbauend und bewegend

Menge: 1 TL / Tasse, 1EL / Liter,
Wassertemperatur: ca. 80 Grad, Ziehzeit: 2-3 min.

50g Preis: Fr.10.00 / 100g Preis: Fr. 18.00

WEISSER TEE

WEISSER TEE

Es werden im Frühling noch die ungeöffneten Blattknospen gepflückt, heller Aufguss, erfrischend, lieblich und blumig, kühlend, beseitigt Hitze im Körper, kühlt Sommerhitze, fördert die Konzentration, unterstützt die Ausscheidung

Menge: 1 TL/Tasse, 1EL/L, Wassertemperatur: 80-85 Grad, Ziehzeit: 3 min.

50g Preis: Fr. 17.50 / 100g Preis: Fr. 33.00

Gelber Tee

Gelber Tee «Yellow Needle»

aus Yunnan, hellgelber Aufguss, süsses und frisches Aroma, kühlende Wirkung, kühlt Herz- und Leber-Feuer, fördert die Konzentration (für Menschen, welche viel PC-Arbeit machen oder lesen), unterstützt die Entspannung, unterstützt die Verdauung

Menge: 1 TL/Tasse, 1EL/L, Wassertemperatur: 80-85 Grad, Ziehzeit: 3 min.

50g Preis: Fr. 17.00 / 100g Preis: Fr. 32.00

Oolong

Oolong «Formosa Jademond»

Leicht fermentiert, aus einer neuen Oolongbaumsorte, fruchtiges und pflaumenartiges Aroma, erfrischend, unterstützt die Mitte

Menge: 1 TL / Tasse, 1 EL / Liter,

Wassertemperatur: ca. 100 Grad, Ziehzeit: ca. 2 min.

50g Preis: Fr. 10.00/ 100g Preis: Fr. 18.00

Oolong «Himmels Oolong»

Bernsteinfarbender Aufguss, fruchtig und süsslich im Geschmack, steigert die Konzentration, unterstützt die Verdauung

Menge: 1 TL / Tasse, 1 EL / Liter,

Wassertemperatur: ca. 100 Grad, Ziehzeit: ca. 2 min.

50g Preis: Fr. 7.50 / 100g Preis: Fr. 13.00

Roter Tee

Roter Tee «Dian Hong Yunnan»

Dunkelgelber Aufguss, erdiges, rauchiges und leicht süssliches Aroma, baut Yang-Qi auf (wärmend), unterstützt die Verdauung, verbessert die Konzentration

Menge: 1 TL / Tasse, 1 EL / Liter,

Wassertemperatur: ca. 100 Grad, Ziehzeit: ca. 2 min.

50g Preis: Fr. 9.00 / 100g Preis: Fr. 16.00

Roter Tee mit Rose

Das zarte Rosenblütenaroma verbindet sich sanft mit dem roten Tee, fruchtig und blumig, wärmend, baut Energie auf, bewegt Qi und Blut, löst emotionale Stauungen

Menge: 1 TL / Tasse, 1 EL / Liter,

Wassertemperatur: ca. 100 Grad, Ziehzeit: ca. 2 min.

50g Preis: Fr. 6.50 / 100g Preis: Fr. 11.00

JASMINTEE

JASMINTEE

Aus ökologischem Anbau, durch den mehrfachen Aromatisierungsprozess mit frischen Jasminblüten überträgt sich das Aroma auf den Grüntee, baut Körperflüssigkeiten «Jin-Ye» auf, fördert den Qi-Fluss, wirkt emotional ausgleichend, idealer Tee während den Jahren der hormonellen Veränderung der Frau

Menge: 1 TL / Tasse, 1EL / Liter,
Wassertemperatur: ca. 80-85 Grad, Ziehzeit: ca. 2 min.

50g Preis: Fr. 7.00 / 100g Preis: Fr. 12.00

«ZHEN ZHU» JASMINPERLEN

aus ökologischem Anbau, die Jasminperlen werden nach alter Tradition in aufwendiger Handarbeit hergestellt, die jungen Triebe werden gepflückt und zur Perlenform eingerollt und anschliessend mit frischen Jasminblüten aromatisiert, zart blumiger und süsslicher Geschmack, baut Körperflüssigkeiten «Jin-Ye» auf, fördert den freien Qi-Fluss, wirkt emotional ausgleichend, idealer Tee während den Jahren der hormonellen Veränderung der Frau

Menge: ½ TL / Tasse, ½ EL / Liter,
Wassertemperatur: ca. 80-85 Grad, Ziehzeit: 2-3 min.

50g Preis: Fr. 14.00 / 100g Preis: Fr. 26.00

Pu Er

Pu Er Mini Teekuchen 2016

wird aus grossflächigen Blättern hergestellt, der Fermentierungsprozess wird so gelenkt, dass alle Wirkstoffe erhalten bleiben, traditionell in Fladenform gepresst, goldgelber Aufguss, erdig, leicht rauchig im Nachgeschmack, süsslich, spendet Wärme und Energie, gut als Frühstückstee geeignet, verbessert die Konzentration, unterstützt den Stoffwechsel, hilft Nässe auszuscheiden die benötigte Menge wird vom Rand abgebrochen und mit kochendem Wasser (100 Grad) übergossen, ca. 3 min. ziehen lassen

Stk. Ca. 9g Fr. 2.00

EIGENKREATIONEN

TEE FÜR EINE WOHLFÜHLFIGUR

Aus Pu Er Tee, Fliederweissdornbeeren, Mandarinenschale und Lotusblätter, reguliert und stärkt die Mitte, unterstützt den Stoffwechsel, hilft Nässe auszuleiten, fruchtiges, süsses und leicht erdiges Aroma

Menge: 1 TL/Tasse, 1EL/L, Wassertemperatur: 100 Grad, Ziehzeit: 5-7min.

50g Preis: 10.00 / 100g Preis: 18.00

TEE FÜR DAS HIMMLISCHE WASSER

Aus Rotem Tee mit Rose, Chinesischer Engelwurzwurzel und Färberdistel, wird kurz vor und während dem Monatsfluss getrunken, unterstützt den Qi- und Blutfluss, der zarte Rosenduft verbindet sich mit dem aromatischen Engelwurzwurzelgeschmack

Menge: 1 TL/Tasse, 1EL/L, Wassertemperatur: 100 Grad, Ziehzeit: 5-7min.

Preis: 50g Fr. 10.00 / 100g Fr. 18.00

TEE FÜR DEN ZWEITEN FRÜHLING

Aus Jasmintee, Bocksdornfrüchte, Rosenknospe und dem Keimling der Lotus-Samen, unterstützt die Frau während den Jahren der hormonellen Veränderungen, gleicht das Yin und das Yang aus und bewegt das Qi, wirkt emotional ausgleichend, blumig-aromatisch

Menge: 1 TL/Tasse, 1EL/L, Wassertemperatur: 85 Grad, Ziehzeit: 3-5min.

Preis: 50g Fr.11.00 / 100g Fr. 20.00

Tee für eine klare Sicht

Aus Grüntee, gelben Chrysanthemenblüten aus Wildwuchs und Bocksdornfrüchten. Der Grüntee wirkt belebend und fördert den Qi-Gluss. Die gelben Chrysanthemenblüten klären die Augen und kühlen den Kopfbereich. Die Bocksdornfrüchte nähren die Augen und unterstützen allgemein die Regeneration des Körpers. Der Tee unterstützt die klare Sicht und lässt die Augen funkeln.

Menge: 1 TL/Tasse, 1EL/L, Wassertemperatur: 85 Grad, Ziehzeit: 3-5min.

Preis: 50g Fr. 10.00/ 100g Fr. 18.00

Harmonisierender Tee

Aus Oolong, Mandarinenschale, Bambusblätter und Fenchelsamen. Der Oolong Tee und die Mandarinenschale regulieren und stärken die Mitte, die Fenchelsamen wärmen die Mitte und die Bambusblätter harmonisieren den ganzen Körper.

Menge: 1 TL/Tasse, 1EL/L, Wassertemperatur: 100 Grad, Ziehzeit: 3-5min.

Preis: 50g Fr. 11.00 / 100g Fr. 20.00

FRÜHLINGSWIND

Aus Lung Ching Grüntee, Bocksdornfrüchte und wilder Teebaumknospe, unterstützt den Qi-Aufbau und den Qi-Fluss, die Bocksdornfrüchte nähren das Yin und lassen die Augen funkeln, die wilden Teebaumknospen verleihen eine gewisse Leichtigkeit, süsslicher Geschmack

Menge: 1 TL/Tasse, 1EL/L, Wassertemperatur: 80 Grad, Ziehzeit: 5 min.

Preis: 50g Fr. 10.00 / 100g Fr. 18.00

FRÜHLINGSERWACHEN

Aus Grüntee, Bambusblätter und Buddha-Handfrucht. Der Grüntee fördert den Qi-Fluss und wirkt sanft belebend. Die Buddha-Handfrucht bewegt und reguliert das Qi. Die Bambusblätter besitzen eine harmonisierende Wirkung. Der Tee für das Frühlingserwachen unterstützt den Körper genussvoll in den Frühling zu starten.

Menge: 1 TL/Tasse, 1EL/L, Wassertemperatur: 80 Grad, Ziehzeit: 5 min.

Preis: 50g Fr. 11.00 / 100g Fr. 20.00

Kühle Sommerbrise

aus Pi Lo Chun Grüntee, Chrysanthemenblüten und chinesischer Ackerminze, süsslich und blumig, kühlt die Körperoberfläche, bewegt das Qi, kühlt die Hitze im Kopfbereich

Menge: 1 TL/Tasse, 1EL/L, Wassertemperatur: 85 Grad, Ziehzeit: 3-5min.

Preis: 50g Fr. 11.00 / 100g Fr. 20.00

Mitte stärkender Tee

aus Himmels-Oolong, Mandarinenschale und Fieder-weissdornbeeren, unterstützt die Verdauung und den Stoffwechsel, reguliert und stärkt die Mitte, gold-gelber Aufguss, fruchtig-süss

Menge: 1 TL/Tasse, 1EL/L, Wassertemperatur: 100 Grad, Ziehzeit: 3-5min.

Preis: 50g Fr. 10.00/ 100g Fr. 18.00

Abwehr stärkender Tee

Aus Himmels Oolong, Astragaluswurzel, Zimtzweige, Saposhnikoviawurzel, unterstützt den Körper sich an veränderte Situationen anzupassen, stärkt die Abwehr und die Mitte, wärmt die Oberfläche und leitet Wind aus, durch den Zimt süsslicher Geschmack, leicht erdig

Menge: 1 TL/Tasse, 1EL/L, Wassertemperatur: 100 Grad, Ziehzeit: 3-5min.

Preis: 50g Fr. 10.00 / 100g Fr. 18.00

Tee zur Regeneration

Aus Rotem Tee mit Rose, Bocksdornfrüchten, Fenchelsamen. Der Rote Tee wärmt den Körper, unterstützt den Energieaufbau und löst emotionale Spannungen. Die Bocksdornfrüchte vitalisieren und regenerieren den Körper. Die Fenchelsamen wärmen die Mitte.

Menge: 1 TL/Tasse, 1EL/L, Wassertemperatur: 100 Grad, Ziehzeit: 3-5min.

Preis: 50g Fr. 10.00 / 100g Fr. 18.00

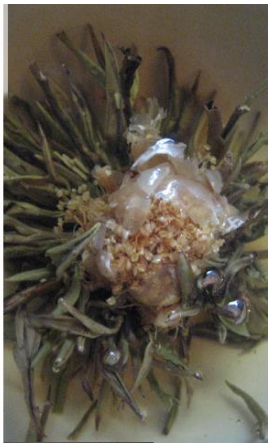
Weihnachtszauber

aus Oolong Tee, Mandarinenschale, Nelken und Zimt, fruchtig-würzige Weihnachtsmischung, wärmt in der kalten Jahreszeit, unterstützt die Verdauung nach üppigem Essen

Menge: 1 TL/Tasse, 1EL/L, Wassertemperatur: 100 Grad, Ziehzeit: 2-3 min.

Preis 50g Fr. 11.00 / Preis 100g Fr. 20.00

TEEBLUMEN



JASMINTEEBLUME

Diese Teeblume wird aus Silver Needle (Weisser Tee) in sorgfältiger Handarbeit gebunden. Im Innern befindet sich eine Jasminblüte. Die Teeblume wird in einen Glaskrug gelegt und mit heissem Wasser übergossen. Das Kunstwerk öffnet sich langsam. Es verströmt dabei einen zarten Jasminduft. Es kann während eines Tages immer wieder heisses Wasser nachgegossen werden.

Preis: Fr. 3.50/Stk.

Andere Tees

Chrysanthemenblüten

aus Wildwuchs, zart-gelber Aufguss, blumig und süsslich im Geschmack, kann alleine oder mit anderen Tees getrunken werden, kühlt Hitze vor allem im Kopfbereich (auch bei geröteten Augen), kühlt Sommerhitze

Menge: 1 TL/Tasse, 1EL/L, Wassertemperatur: 100 Grad, Ziehzeit: 3-5 min.

50g Preis Fr. 7.00 / 100g Preis Fr. 12.00

Bocksdornfrüchte

Bio Gou Qi Zi «Bocksdornfrüchte»

Die Bocksdornfrüchte wachsen in den abgelegenen Hochtäler Chinas (Region Xinjiang). Sie wachsen in der wilden Natur und werden auch als „Glückliche Beeren“ bezeichnet. Gepflückt werden die Beeren vom Spätsommer bis zum frühen Herbst. Anschliessend werden sie sorgfältig getrocknet, damit die wertvollen Stoffe erhalten bleiben. Sie sind reich an antioxidativen Stoffen, Carotinoiden, Polysachariden, Aminosäuren, Mineralstoffen und Spurenelementen. In der Chinesischen Kultur haben die Bocksdornfrüchte eine lange Tradition. Sie können alleine, in Speisen oder im Tee genossen werden. 100g Preis Fr. 7.50

ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

Rechnungsstellung:

Zahlungsfrist beträgt 30 Tage, Mahnungen werden mit Umtriebskosten zusätzlich 20 Franken berrechnet.

Beanstandungen:

Mängel, welche beim Erhalt ersichtlich sind, müssen sofort beanstandet werden. Ansonsten gilt die Ware als angenommen.

Preise:

Alle Preise verstehen sich in Schweizer Franken.

Die Waren bleiben bis zur Zahlung Eigentum der Yangsheng Chadao. Erfüllungsort und Gerichtsstand ist Schwyz.

Liefer- und Versandkosten

Bei Yangsheng Chadao gibt es keinen Mindestbestellwert.

Versandkosten in der Schweiz:

- B-Post: Fr. 8.00

- A-Post: Fr. 10.00 (es können je nach Gewicht noch Anpassungen gemacht werden)

- Versandkostenfrei ab Fr. 150.00

Ihre Daten werden vertraulich behandelt und nicht an Dritte weitergegeben.

Dominika Greuter-Müller, Gütschweg 3, 6430 Schwyz, November 2018