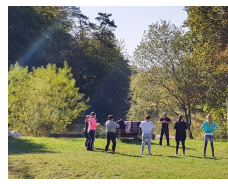
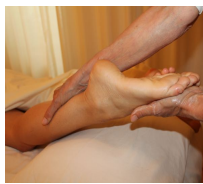


Bewusstheit durch Berührung

17. – 20 November 2022

Thema: Rücken (Zurückhaltung, zu sich stehen, aufrecht sein)



Rebalancing-Körpertherapie mit Viramano Ursula Wermund HPG

Diese Ausbildung verbindet uns nicht nur mit dem Körper und seinen Botschaften, sondern auch mit unserer Psyche und unserem ganzen Sein. Wir erfahren die Grundlagen des Zusammenspiels von Körper, Herz und Verstand. In der Regel ist es uns nicht bewusst, dass der Körper über seine Reaktionen (Unwohlsein, Schmerzen, Spannungen, Krankheiten usw.) versucht, mit uns zu kommunizieren. Z.B. können untere Rückenschmerzen anzeigen, dass jemand in seinem sexuellen oder spontanen Ausdruck gebremst ist oder schwer hat, zu sich zu stehen. Wir erforschen dieses Symptom auf psychischer, physischer und rationaler Ebene und unterstützen den Körper mit Techniken wie Faszienmassage, Gelenkmobilisation, Atem- und Energiearbeit, Schulung von Achtsamkeit und Körperbewusstsein. Auch die Körperhaltung und Gestik gibt Auskunft über innere Gewohnheiten und Denkweisen.

Inhalt

- Erlernen einer Ganzkörpermassage und Rebalancing Grundtechniken
- Empathisches Berühren und Begegnen sowie Konfliktbewältigung
- Einführung in Körperlesen, Anatomie, Psychosomatik und Gelenkmobilisation
- Schulung von Achtsamkeit, Körper- und Faszien-Bewusstsein
- Atemwahrnehmung und –vertiefung
- Therapeutisches Verhalten
- Persönlichkeitsbildung und Kommunikationstraining
- Selbstliebe, Meditation und Entspannungstechniken

Ablauf:

- Morgen- und Abendmeditation, angeleitetes Üben im Austausch, Selbstreflektion

**Die Ausbildung umfasst insgesamt 10 Module und läuft in 2022-2023.
Jedes Modul ist thematisch in sich abgeschlossen und kann einzeln besucht werden**

Die Termine in 2023 werden nach Absprache mit der Gruppe geplant. Mehr Informationen unter www.viramano.de/rebalancing

Ort Seminarhaus Die Neumühle Saar, 66693 Mettlach-Tünsdorf

Seminargebühr 350,-€, zzgl. Kosten für Unterkunft und Verpflegung

Anmeldung mit Anmeldeformular (siehe Webseite) und 50% Anzahlung

Info Viramano Ursula Wermund, Trainerin in Rebalancing Körpertherapie, HPG
Aalstr. 2, 82266 Inning und Kapuzinerstr. 25b, 80337 München, Tel. +49-8143-8065,
mobil +49-170-332 44 79, e-mail: viramano@hotmail.com, www.viramano.de