

Transformationszeit im Garten der Seele

SPANNUNG LOSLASSEN durch die Weisheit des Körpers

SEMINARLEITUNG

TRE®

Mag. Andrea FUTSCHIK
+43 664 225 99 14
andrea@futschik@im-leo.at

Jin Shin Jyutsu & Yoga

Eva FRIEDBACHER
+43 676 70 555 06
eva@herzberührung.at

25.03. bis 27.03.22

Anreise ab 15 Uhr
Seminarstart 17 Uhr
Sonntag bis 12 Uhr
optional Einzelsitzungen bis
16 Uhr möglich

ORT

Garten der Seele
Eilgraben 4
7543 Neusiedl bei Güssing

INVESTITION

Eur 250
NÄ inkl. vegetarisch/vegane
Verpflegung
plus freiwilliger Ausgleich
für die Seminarleitung

ANMELDUNG

+43 676 455 34 11
office@gartenderseele.at

Durch die ausgewählten Methoden Yoga, Jin Shin Jyutsu und TRE® liegt der Schwerpunkt hier nicht auf den mentalen Fähigkeiten, sondern auf der Weisheit unseres Körpers.

Jin Shin Jyutsu & Yoga

Yin Yoga & Neuromeditation führen in eine tiefe Entspannung und aktivieren die Selbstheilungsfähigkeiten unseres Körpers.

Jin Shin Jyutsu (Strömen) harmonisiert die Lebensenergie im Körper auf der Ursachenebene der Einstellungen. Durch Auflegen der Hände am Körper auf bestimmte sogenannte Energieschlösser werden Spannungszustände abgebaut und Symptombilder können sich nach und nach zurückziehen.

Vortrag und viel Praxis und Tipps zur Selbsthilfe, Integration durch Neuromusik

TRE® Einführungsworkshop

(Tension & Trauma Releasing Exercises nach Dr. David Berceli)

Belastende Erfahrungen werden oft durch Beschwerden kompensiert. Dabei kann gestaute Energie durch einfache gezielte Übungen bewusst aktiviert und dann körpergesteuert abgeschüttelt/gezittert werden.

Vortrag und angeleitete Praxiseinheit mit Reflexion und Integration der Selbsterfahrung