

tao yoga.

Traumasesensitives Qi Gong

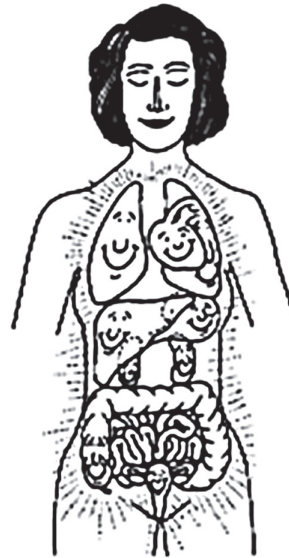
Innere Lebendigkeit wecken



ÜBUNGEN UND MEDITATIONEN AUS DEM QI GONG VON MANTAK CHIA
IN VERBINDUNG MIT SOMATIC EXPERIENCING NACH PETER LEVINE

Mit Paki E. Heisserer, CH

Vor tausenden von Jahren entdeckten die taoistischen MeisterInnen bei der Meditation sechs Laute, deren Schwingungen unsere Organe in optimaler Verfassung halten und dadurch helfen Gesundheit und Selbstregulation des ganzen Körpers zu fördern. Sie fanden heraus, dass ein gesundes Organ in einer bestimmten Frequenz schwingt und entwickelten zur Unterstützung dieser Laute auch sechs einfache Bewegungsabläufe, um die den Organen zugeordneten Energieleitbahnen zu aktivieren. Schon nach wenigen Übungen stellt sich das Nervensystem auf loslassen, entspannen und herunterfahren ein. Wir lernen außerdem die Organe mit ihren emotionalen Bezügen im Sinne der Traditionellen Chinesischen Medizin kennen.



Paki E. Heisserer arbeitet seit 1985 in eigener Praxis in Zürich als Körpertherapeutin und Seniorinstruktorin für das TaoYoga nach Mantak Chia. Sie machte zudem Aus- und Weiterbildungen in Posturaler Integration, Shiatsu, Cranio-Sacraler Therapie, Polarity, Prozessorientierter Psychologie nach Arni Mindell, Chinesischer Medizin, Geburtstraumenbegleitung nach Dr. Ray Castellino sowie Traumatherapie nach Dr. Peter A. Levine. Ihr Anliegen ist es, den menschlichen Prozess auf allen Ebenen zu begleiten. Sie sieht prozessorientierte Körperarbeit in Anlehnung an den englischen Begriff «Healing Arts» als eine Form von Heilung bringender Kunst an. Sie lebt mit ihrem Mann und ihren beiden Töchtern in Zürich.

Kursthemen

Regulation des Autonomen Nervensystem

Knochenatmung und Heilende Organlaute.

Datum

Sonntag 27. November 2016

Kurszeiten

09.15 – 16.15 Uhr

Kursort

WEITBLICK, Sparkassenplatz 2, 6020 Innsbruck, 5.Stock

Sprache Deutsch

Zielgruppe

Menschen, die sich für eine aktive Gesundheitspflege und ein ausgeglichenes Nervensystem interessieren.

Kosten Euro 140.-

Kursbedingungen

Die schriftliche Anmeldung mit untenstehendem Talon ist verbindlich. Bei einem Rücktritt bis 14 Tage vor Kursbeginn werden 50.- EUR an Bearbeitungsgebühren fällig. Bei Abmeldung weniger als 14 Tage vor Kursbeginn müssen die ganzen Kurskosten bezahlt werden. Dies gilt auch im Krankheitsfall. Wenn eine Ersatz- Person gestellt werden kann, entfallen diese Kosten. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Anmeldetalon: Ich melde mich gemäß den oben genannten Bedingungen verbindlich an zum Tagesworkshop «Tao Yoga & Qi Gong» mit Paki E. Heisserer vom 27. November 2016:

Name..... Vorname.....

Strasse..... PLZ/Ort.....

Beruf..... Telefon.....

E-Mail..... Fax.....

Ort/Datum..... Unterschrift.....

Anmeldung senden an: WEITBLICK, Sparkassenplatz 2, 6020 Innsbruck oder FAX 0512-214 414-20

Tel 0512-214 414, Email: anmeldung@weitblick-innsbruck.at, www.weitblick-innsbruck.at