



...auf den Punkt gebracht.

Basis 1 Seminar – Körperbewusstseinstaining

Motto: Die Essenz des Körperbewusstseins, EuGong

Körperbewusstsein ist, erschafft die Möglichkeit den physischen Körper, die Gefühle, die Gedanken und vor allem die Wechselwirkung zu beobachten.

Gedanken erschaffen, formen meinen Körper, meine physische Realität. Wie es meinem Körper geht erkenne ich durch meine Gefühle.

Umso zu leben, zu handeln, sodass Glücklich-Sein, Gesund-Sein ein Dauerzustand wird oder ist, ist es erforderlich, dass ich die energetischen Prinzipien, die ich ständig lebe, kenne. Es ist erforderlich „IM KÖRPER BEWUSST“ zu sein.

Inhalt Theorie:

- Was braucht der Mensch aus energetischer Sicht?
- Alles ist Energie, eine Frage des Bewusstseins
- Das Selbst und der Sinn des Lebens
- Innere & äußere Haltung, der Kontakt

Inhalt Praktisch:

- EuGong, sanftes Bewegen mit Aufmerksamkeit
 - Grundübungen – Dehnungsübungen – Kontaktübungen – Koordinationsübungen
- IST-Zustand-Training – neutrales Beobachten lernen
- Wahrnehmungsübungen aus dem EUKIKOWA-Kursprogramm

Alle Übungen dienen dazu, den neutralen Beobachter in uns zu „installieren“. Neutrales Beobachten (wertfrei) unterstützt die fließende Energie in uns, uns von Blockaden (An-, Verspannungen) zu befreien. Das Potenzial in uns wird freigelegt.

Termin: 13. - 14. Oktober 2018, 10.00h – 18.00h

Ort: Im Seminar-Hotel „Flackl-Wirt“, Hinterleiten 12, A-2651 Reichenau a. d. Rax

Kosten: Einzelbucher € 326,- (inkl. 20% USt.)

Trainer: Klaus Bierbaumer
Marion Schützenauer

Information/Anmeldung: Klaus Bierbaumer, 0676/9062900, office@koerperbewusstsein.at

Klaus Bierbaumer

WIEN: Adolf-Loos-Gasse 3b, Haus 8, 1210 Wien
NÖ: Königsberg 58, 2842 Thomasberg bei Edlitz
Tel. 0676 90 62 900

office@eukikowa.at // www.eukikowa.at

office@koerperbewusstsein.at // www.koerperbewusstsein.at