

# Ruhe und Kraft tanken, die Reserven wieder auffüllen

4-Tage Oster-Workshop: im geschützten und persönlichen Rahmen am Heidensee, in Scheeßel, kommen Sie wieder zu sich und können so Ihre Kraft-Reserven auffanken.

Mensch-Sein mit Allem, was dazu gehört.

Dazu werden wir viel Körper-Arbeit machen: einmal, um endlich mal richtig "runterzufahren" um dann wieder durch aufbauende Körper-Übungen + Meditationen, die Kraft zu sammeln um gestärkt in das Arbeitsleben zurückzukehren.

Sich und seinen Körper wieder spüren, bei sich ankommen, zu sich kommen. Nutzen Sie die 4 Tage, um Neues zu lernen, sich selber besser kennenzulernen und wieder zu sich zu kommen.

Die Übungen, Meditationen und Energie-Massagen kommen aus der Polarity Quintessenz Methode, die von Wilfried und Frauke Teschler für den Menschen der heutigen Zeit entwickelt worden ist: einfache und hilfreiche Übungen und Techniken, die zu sich selbst zurückführen und wirkliches "Mensch – Sein" möglich machen, jenseits von moralischen, religiösen und sonstigen Vorstellungen.

06.04.-09.04.2012 – Karfreitag 10 h bis Ostermontag 12 h. € 1050,-

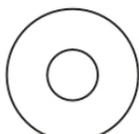
Info und Anmeldungen:

Praxis für Polarity Quintessenz, Gesundheit und Transformation  
Massage-Körper-Rücken-Therapie

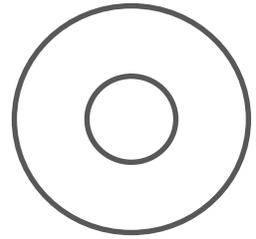
Regina Radach, Heilpraktikerin  
Am Heidensee 13  
27383 Scheeßel

**T. 04263 6570225**

[www.gesundheit-arbeit-leben.de](http://www.gesundheit-arbeit-leben.de), [info@gesundheit-arbeit-leben.de](mailto:info@gesundheit-arbeit-leben.de)



# Frühjahr 2012 Seminarprogramm



## Polarity Quintessenz

Selbstheilung

Ruhe und Kraft

Energie-Massage

Meridiane



# Haus Am See

Am Heidensee 13, Scheeßel

# Die Kraft der "heilenden" Hände

## energetische Massage Polarity Quintessenz

2 Tage/Wochenende

Die Polarity Quintessenz Energie Massage macht sich zunutze, dass zwischen unseren Händen Energie fließt.

So kann man seine Hände an entsprechende "Kontakt-Stellen" bei einem Partner an-legen und so das Energiefeld des Partners beeinflussen. Mit den thematischen Griffsequenzen wird gezielt auf Themen wie z.B. Organ-Gesundheit oder Vitalität oder Mensch-Sein, ein konstruktiver und heilender Einfluss genommen. Eine Einführung in diese wunderbare Möglichkeit der (Selbst-) Heilung mit der Kraft der "heilenden" Hände, können Sie in diesem Seminar bekommen.

Inhalt:

- > grundlegendes Wissen und Information zur energetischen Massage: wie sie wirkt und auch warum.
- > grundlegende Griffsequenzen aus den "Ur-Qualitäten" der 4 Elemente, Yin/Yang und Weder-Noch: hier legen wir dann ganz praktisch Hand an!

31.3.-01.04.2012, 10h - 17 h, € 120,- (+ Raumkosten-Anteil € 20,-)



# Selbstheilungstechniken

## Basis-Techniken Polarity Quintessenz

2 Tage/Wochenende

Lernen Sie in diesem Seminar, 4 grundlegende Selbsthilfe Techniken kennen.

Dieses Seminar ist eine Einführung in die Polarity Quintessenz Methode:

Inhalt:

- > Meridiane: der Thymus Meridian und 1 -2 weitere zum Kennen-Lernen.
- > Polarity Quintessenz Energie-Massage: Grundlegende Informationen zur energetischen Massage und 1-3 Griffsequenzen.
- > Selbstwahrnehmungs-Training und die Wichtigkeit des Atems Informationen und Übungen.
- > Die Arbeit mit dem Tschler Tarot: Grundlegende Informationen und praktische Anwendungen.

14.04.-15.04.2012, 10h -17 h, € 120,- (+ Raumkosten-Anteil € 20,-)

# Polarity-Meridiantherapie:

## umfassende selbständige Gesunderhaltung

2 Tage/Wochenende

Die Lebensenergie fließt in den Meridianen. Der Mensch ist gesund und fühlt sich wohl, wenn die Lebensenergie in den Meridianen zirkuliert und fließt. Ist dies nicht der Fall, können Unwohlsein und Krankheit die Folge sein.

Mit den Übungen aus der Polarity Meridiantherapie, bekommen Sie ein Reservoir an Übungen an die Hand, mit denen Sie Ihre Meridianenergie im Fluss halten können. So können Sie die Polarity-Meridiantherapie zur Selbstheilung und Selbsthilfe benutzen.

Es gibt 16 Körperübungen, die jeweils einen Meridian zum Inhalt haben. In diesem Kurs bekommen Sie die Möglichkeit, die Polarity-Meridiantherapie kennen zu erlernen.

12.05.-13.05.2012, € 120,- (+ Raumkosten-Anteil € 20,-)