



KOHOLA

and breathe

Atem-Organ-
Workshops
2022/2023

Taucht mit uns auf ganzheitliche Art und Weise an diesen Tagen ein in die Geschichte des jeweiligen Organs, um ein **neues Körperbewusstsein** zu entwickeln.

Wir spannen über die Anatomie und die Physiologie den Bogen zur **Psychodynamik**, möchten Zusammenhänge verständlich und über Wahrnehmungsübungen auch fühlbar machen. Ihr erfahrt das Wichtigste über das versorgende Energiezentrum, erhaltet **Tipps aus der Naturheilkunde** und effektive **Atemübungen** und andere Tools, um die Themen des jeweiligen Organs auf den unterschiedlichen Ebenen zu bewegen.

Körper-, Emotional- und Mentalbewusstsein sind untrennbar miteinander verbunden. Verantwortung für sich selbst zu übernehmen und die äußere Welt als

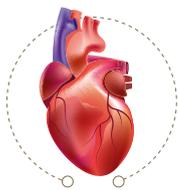
Ausdruck der inneren Welt zu begreifen kann in unerwartete Freiheit führen. Euer Körper zeigt Euch, wo noch **Integration oder Transformation** stattfinden darf.

Entschlüsselt die Sprache der Organe, die gerne in Resonanz gehen mit unterdrückten Emotionen und Gefühlen und findet mit Eurem Körper in ein neues Lebensgefühl, eine neue Leichtigkeit und in ein neues Bewusstsein.

1. Termin im „AtemRaum“
Reichsbodenweg 30 · 90768 Fürth
Jeweils von 10.00 bis 18.00 Uhr

i Ab Januar 2023 in der Praxis für Physiotherapie
Evelyn Quednau · Poppenreuther Str. 128 · Fürth

27. November 2022

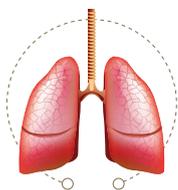


„Das Herz – unser Versorgungsorgan“

Herzchakra

Die Beziehung zu Dir – die Beziehung zu anderen. Selbstliebe. Mitgefühl. Ein entwickeltes Herzchakra strahlt wesentlich weiter als das Magnetfeld des Gehirns. Entwickle Deine Herzensqualitäten und lebe Liebe, Mut, Stärke, Lebensfreude, Frieden, Authentizität.

22. Januar 2023

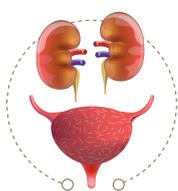


„Die Lunge – unser Kontaktorgan“

Herzchakra

Resonanzorgan für Trauer – oftmals mit Bezug zum Familiensystem. Das Atemsystem ist mit allen anderen Systemen des Körpers verbunden. Da es das einzige System ist, das willkürlich zu steuern ist, können wir über die Atmung auch alle anderen Systeme beeinflussen.

07. Mai 2023



„Die Blase und die Nieren – Urvertrauen“

Sakralchakra

Resonanzorgane für Urängste und Existenzängste. Oftmals Eltern- und Partnerschaftsthemen. Angespannt auch bei körperlichen Beschwerden in den Knien, Sprunggelenken und in der Kreuzbeinregion.

08./09. Juli 2023

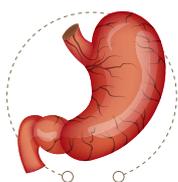


„Die Gebärmutter – pure Weiblichkeit“

Sakralchakra

Hier geht es um weibliche Identität, Kreativität, Hingabe, Sexualität und Schöpferkraft. Wodurch bist Du hier geprägt? Sind Dir eventuelle Glaubenssätze dienlich? Durchleuchte Deine Ahnenlinie... Physischen Bezug gibt es zum untersten Lendenwirbel, dem Kreuzbein, den Gelenken der Hüften, Knien und Sprunggelenken.

01. Oktober 2023

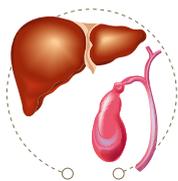


„Der Magen – das Managerorgan“

Solarplexuschakra

Ein Organ, das oft unter Spannung steht bei linksseitigen Schulterschmerzen oder wiederkehrenden Blockaden der mittleren Brustwirbelsäule. Der Magen sortiert, was gut für uns ist und was nicht. Was tut Dir wirklich gut und was schluckst Du gegen Deine innere Überzeugung? Über Analyse und Ratio hin zu Lebensgenuss.

26. November 2023



„Die Leber und die Galle – pure Lebensenergie!“

Solarplexuschakra

Wut tut gut und ist die Kraft der Veränderung. Der Schmerz der Leber ist die Müdigkeit. Körperlich reagiert hier nicht nur die Wirbelsäule im Übergang Brust-/Lendenwirbelsäule, sondern oft auch die rechte Schulter, das rechte Iliosacralgelenk oder gleich die gesamte rechte Körperhälfte.

Preis: 120,- € inkl. MwSt. pro Tag

100,- € inkl. MwSt. für Teilnehmer der Jahresbegleitung.

Bei 3 aufeinanderfolgend besuchten Tages-Workshops kostet der 3. nur die Hälfte.



Über uns

Regina Ambrosiak

Heilpraktikerin
Ihr AtemCoach®
Reinkarnationstherapeutin
Homöopathie
Metabolic Balance
Cellagon Beraterin
.....
www.metabolic-regensburg.de

Evelyn Hopfengärtner

Sektorale Heilpraktikerin für Physiotherapie
Ihr AtemCoach®
Atemtrainerin nach Buteyko
Reinkarnationscoach
Ganzheitliche Körperarbeit
.....
www.evelynhopfengaertner.de
www.physiotherapie-evelynhopfengaertner.de



Anmeldungen bitte per Mail an
info@evelynhopfengaertner.de