

TERMINE

SA, 21.1., 4.2., 3.3.2012
jeweils 09.30 - 18.30 Uhr
Pause 13-15 Uhr

LEITUNG der TAO TE-TAGE

Gabriele Biedermann
Leitung des INSTITUT SENSIBILIS

Med. techn. Fachkraft / Physio-
Therapie, med. Masseurin.
Energie-Therapeutin & -Coach,
TaoTe-Trainerin,
Mentaltrainerin
Energetiker-Ausbildungen, uvm.

sensibilis.at | taote.info | stress-ade.at

TaoTe entspringt dem QiGong & EuGong. Weiters sind Haltung, Tiefen-Entspannung und Atmung ein wichtiger Aspekt. Mein physikalisch-medizinisches Wissen verbindet sich mit meditativen Tools zu einem zugleich entspannenden & vitalisierenden Training, das Stressfreiheit begünstigt - einfach praktizierbar im täglichen Alltag!

ANMELDUNG & VERRECHNUNG

yvonne@pattermann.net
Tel: 0664-160 94 12

INFO & ORGANISATION

Yvonne B. Pattermann
Allgemein-Energetikerin
Praxis für holistische Energetik
Quilk 24, A-8943 Aigen

ORT

Volksschule Wörschach
im Turnsaal (Bequeme Kleidung,
Decke, Sitz-Polster mitbringen)

VERRECHNUNG VOR ORT

KOSTEN


Erster Tag: € 100,-
Alle 3 Tage: € 270,-

Man kann den 1. Tag einzeln oder vor dem 1. Tag, alle 3 Tage buchen - in diesem Fall kann man bis 14 Tage vor Seminarbeginn schriftlich von der Anmeldung zurücktreten. Danach gilt die folgende Regelung: Man kann sich bis zum Ende des 1. Tages entscheiden, ob die beiden anderen Tage dazugebucht werden. Die ausstehenden Kosten werden dann spätestens mit dem Beginn des 2. Tages beglichen! Ein kostenfreier Rücktritt von Tag 2&3 der Seminarteilnahme ist nicht möglich. Erfolgt ein Rücktritt vor Seminartag 2 ohne einen Ersatz-TN zu stellen, ist die Veranstaltungsgebühr zu 50% zu entrichten (ärztlich nachgewiesener Krankenstand oder Pflegefall in der Familie ausgenommen). Bei Absage nach Veranstaltungsbeginn, Nichtteilnahme, sowie bei gänzlichem Abbruch der jeweiligen Veranstaltung beträgt die Stornogebühr 100% bzw. werden bereits geleistete Veranstaltungsgebühren nicht refundiert. Der Teilnehmer ist für seine Gesundheit SELBST verantwortlich!

Datum _____ Unterschrift _____

INFO & ORGANISATION

Hannelore Altenaichinger
Mediatorin
Rainbows®-Gruppenleiterin
Life-Light-ProcessTrainerin i.A.
Wörschach, Volksschule
Tel: 0660-140 14 51



In der Ruhe
liegt die Kraft

Vital Energie Training
gesund, aktiv, entspannt und energievoll leben

www.taote.info

TAO TE-Tage - LEBENS-WERT

TAO = ENERGIE
 TE = WIRKUNG
 ➔ ENERGIE WIRKT

WIEDER WAS NEUES? JA & NEIN

Altes taoistisches Körper-Energie-Wissen gekoppelt mit Methoden der Tiefen-Entspannung und langjähriger physio-therapeutischer Erfahrung.

WEN INTERESSIERT TAO TE JENE, DIE GESUND, WACH, ENERGIEVOLL & ENTSPANNT LEBEN WOLLEN

Anders als bei Fitness-Trainings geht es darum, seine Befindlichkeit hier beim Trainieren GANZHEITLICH & WERTFREI ZU SPÜREN & VERSTEHEN. So entsteht zusätzlich zur **Energiewirkung** auch ein individuelles **Befindlichkeitsbewusstsein** und damit ein enormes Potenzial, **Befindlichkeitsstörungen mindestens zu lindern!**

ANWENDUNGSGBIETE

- Einseitige Bewegungsabläufe
- Muskuläre Verspannungen
- Verhärtungen (z.B. bei Sportlern)
- Gelenks- & Wirbelsäulenprobleme
- Schlafstörungen, seelische Probleme
- Verdauungsstörung, Hormonelle Themen
- heißer (Hektik) & kalter Stress (Trägheit)
- Leistungsdruck in Familie, Beruf, Schule
- Altersunabhängige Übungsabläufe
- uvm... > fragen Sie gerne nach!

VIELE FLIEGEN MIT EINER KLAPPE :-)

WIRKUNGEN

- Verbessertes Selbstwert- und Körpergefühl
- Anregung der Selbstheilungskraft
- Verbesserte Beweglichkeit & Atmung
- Verbindung von Kraft & Gelassenheit
- Entspannung für Körper, Gemüt & Hirn ;-)
- Bewegung in Freude & Frische
- Stoffwechselanregung & Figurharmonie
- Hilfe zur Selbsthilfe, Autonomes Trainieren

TAG 1

ALLGEMEINES TAO TE ° ENERGIE WIRKT

- Einführung in die meditative Achtsamkeit
- Erklärung & Anwendung der TaoTe-Basis-Übungen für Gelenke, Atmung & eine gesunde Wirbelsäule/Haltung

>> GEHALTENE ENERGIE KOMMT IN BEWEGUNG

TAG 2

INDIVIDUELLES TAO TE ° BEFINDLICHKEITS-BEWUSSTSEIN

- Durch meditative Achtsamkeit ein persönliches Befindlichkeitsbewusstsein entwickeln und darauf speziell abgestimmt trainieren
- Zusammenführung von Körper-Ist-Zustand und Bewusstsein

>> INDIVIDUELLES TRAINIEREN LERNEN

TAG 3

GANZHEITLICHES TAO TE ° ENTSPANNTE ANSPANNUNG

- Individuelles Training aller bisherigen Elemente > Verbindung von innerer und äußerer Haltung
- RUHE ... IST KRAFT ... IST RUHE ... IST KRAFT ...

>> VERTIEFUNG & INTEGRATION & MEDITATION

WIE ICH MIT MIR SELBST UMGEHE,
 SO IST DANN MEIN KÖRPER, MEINE PSYCHE, MEIN LEBEN, ...

>> TAO TE ° ENERGIE WIRKT <<