

Jeden Mittwoch

TAO TE - Meditation

18:00 - 18:50 Uhr

TAO TE - Training

19:00 - 20:15 Uhr

Bitte um Voranmeldung
TN auf 10 Pers. begrenzt

Kosten

TAO TE – Meditation € 7,-

TAO TE – Training € 12,-

Kombi-Preis € 17,-

10er Block Med € 50,-

10er Block Train € 100,-

TAO TE - Therapeutic

50 min € 60,- | 5erBlock € 270,-

80 min € 75,- | 5erBlock € 330,-

SENSIBILIS

Institut f. Lebens-Optimierung

Gabi Biedermann
2320 - Schwechat
Schuhmeierstr. 26
TEL: 0664/462 3953
office@sensibilis.at

sensibilis.at

*Nur im Pendel
zwischen
Ruhe & Leistung
bleibt man
gesund!*



TAO TE



taote.info

TAO TE

Entspannen

Regenerieren

Mobilisieren



Ist Ruhe beim Menschen ein natürlicher Zustand, spricht man von innerer Ruhe. Zuviel Leistungsdruck vermindert unsere innere Ruhe & Kraft = Stress & BurnOut entsteht => verminderte Lebensqualität!

Das Ziel: Jede Zelle kann aufatmen und sich erholen. Die in den Spannungen gehaltene Lebensenergie wird frei und fließt als Kraft in uns. Die Selbstheilungskräfte aktivieren sich dadurch und natürliche Regeneration setzt sofort ein. Das bewirkt ein gesundes Selbst-Bewusstsein & optimiert unseren gesamten Energie-Haushalt!



In der Ruhe liegt tatsächlich Kraft

TAO TE bietet dem westlichen Menschen einen wirkungsvollen, leicht-gängigen und gut integrierbaren Weg zur Entwicklung eines inneren Zustandes von Gesundheit & Gelassenheit, um so zu einem physisch & psychisch energievollen Leben zu gelangen.

TAO TE

Energie wirkt !

Meditative Körper-Übungen ⇒ **Zur inneren Kraft kommen**
Meditative Entspannungs-Übungen ⇒ **Zur inneren Ruhe kommen**

- Energiestromübung, Eu Gong, Kraft-Dehnungen
- Tiefen-Entspannung, Meditation, Atembewusstheit

TAO TE - Meditation

Das Üben und Erleben von Meditation an sich, als INNERE GRUNDHALTUNG, aber auch die Meditation auf bestimmte Themen, die wir jede Woche neu über den Ist-Zustand der Gruppe finden, aktiviert uns unsere Kraft & Präsenz in der Stille!

TAO TE - Training

Hier arbeiten wir ebenfalls rein & meditativ aus dem Bedarf des Augenblicks, um uns ins Strömen der Lebens-Energie und zur Kraft & Ruhe zu entwickeln – durch die meditative Präsenz in Bewegung!

TAO TE - Therapeutic

Einzel Sitzungen á 50 od. 80 min

- Tiefen-Entspannung & Energie-Ausgleich & -Aufbau
- Wirbelsäulen- & Gelenks-Mobilisierung & Schmerz-Lösung
- Physio-Energetik: Akupressur, Meridiane, Haltung, Atmung, ...
- Thinkman, Strombehandlung, Light-Beamer, Basaltpendel, ...