



Chakren, Aura, Meridiane- Einführung in Energiearbeit

Beschreibung	Energiearbeit wird im Gesundheitsbereich immer bekannter durch TCM, Ayurveda und Yoga. Dieses Wissen über feinstoffliche Ebenen wird seit Jahrtausenden genutzt, um das physische und psychische Wohlbefinden zu fördern. Eine einfache und spannende Art diese Ebenen wahrzunehmen und positiv für sich zu nutzen, ist die Arbeit mit dem individuellen Energiefeld. Sie lernen Energiefelder und die Chakren mit einfachen Übungen wahrzunehmen und erhalten die Anleitung für die Grundreinigung vom Energiesystem. Der Kurs beinhaltet Wissen und Techniken mit konkretem Alltagsbezug und keine Glaubensfragen. Er eignet sich sowohl für Anfänger wie für Fortgeschrittene.
Inhalt	<ul style="list-style-type: none">• Einführung in das menschliche Energiefeld (Aura)• Die 7 Hauptchakren und ihre Bedeutung im Alltag• Achtsame Wahrnehmung der eigenen Energie (Gedanken, Gefühle, Körper)• Wahrnehmung der Chakren und des Energiefeldes• Reinigung und Harmonisierung des Energiefeldes• Inputs zur Anwendung im Alltag
Voraussetzung	Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.
Zielgruppe	Interessierte und Fachpersonen
Lernziele	<ul style="list-style-type: none">• Sie verstehen den Zusammenhang von Energiefeld, Körper und Psyche und die Auswirkung auf den eigenen Lebensfluss• Sie lernen den energetischen Aufbau des Menschen kennen (Energiezentren, Energiefeld, Energiebahnen)• Sie lernen das Energiefeld und die Chakren wahrzunehmen• Sie lernen einfache Techniken zur positiven Veränderung der eigenen Energie (Grundreinigung und energetische Ausrichtung)
Abschluss	Attest Klubschule Migros
Zusatzinfo	Kursleitung: Andrea Stäger, Ausbilderin in Energiearbeit und dipl. Yogalehrerin, www.andreastaeger.ch
Datum	08.02.2020 / E_1315478
Zeit	09:00 - 16:50 h
Wochentage	Sa
Klubschule Migros Limmatplatz Limmatstrasse 152 8005 Zürich	Tel. +41 44 278 62 62 kundenservice-center@gmz.migros.ch klubschule.ch



Chakren, Aura, Meridiane- Einführung in Energiearbeit

Dauer	1 Kurstag(e). Total	7.00	Lektion(en) à 50 Minuten
Preis	CHF	245.00	
Durchführungsort	Klubschule Limmatplatz, Limmatstrasse 152, 8005 Zürich		
Termine	Tag	Datum	Zeit
	1 Sa	08.02.2020	09:00 - 16:50