

KÖRPER BEWUSSTSEIN

Einladung zu unseren Wochenend-Seminaren



Körperbewusstsein als Basis für ein gesundes & glückliches Leben!

Jeder von uns hat essenziell betrachtet dasselbe Lebensziel

- wohl fühlen
- glücklich SEIN
- leicht durchs Leben gehen | leicht(er) leben



Der Körper, der wichtigste Wohlfühl-Ort!

Alles was wir tun, jede Handlung und Entscheidung, führen wir mit unserem Körper aus. Kann der Körper sich leicht bewegen, werden alle Bewegungsabläufe, alle Handlungen mit Wohlfühl und reduziertem Energieaufwand verbunden.



Körperreise - der 3 Punkte IST-Zustand

Wir trainieren das "im Körper bewusst sein!" Dadurch erkennst Du einerseits Deine physischen und psychischen Bedürfnisse und kannst besser auf sie reagieren. Und dies bereits bevor der Körper durch Schmerz reagiert.

Dein Gewinn, dein Benefit:

Du kannst alltägliche Tätigkeiten mit mehr Bewusstsein ausführen. Dadurch mit weniger Kraft/Energie und erhöhter Achtsamkeit. Du erlebst eine verbesserte Lebensqualität durch Ausgeglichenheit, Zufriedenheit und Gesundheit.

**Mentale, emotionale und physische Blockaden
(Verspannungen) gehen und haben -und das ist
der springende Punkt!-**

keinen Grund mehr zu kommen.



Wir freuen uns auf eine schöne Zeit mit Dir.

Gerne laden wir Dich/Sie ein, beim nächsten Seminarwochenende dabei zu sein.

**Liebe Grüße K&K
Klaus, Kata und Team!**

Trainer: Klaus Bierbaumer, Kata Strau

Infos über Termine:

Sandra Hules, 0664 25 34 533, info@koerperbewusstsein.at

**Video, 7 Säulen des
Körperbewusstseinsstraining**



Seminarort:

„Flackl-Wirt“
Hinterleiten 12,
2651 Reichenau a. d. Rax

Kosten:

Einzelbucher statt € 370,-
€ 240,50 (inkl. 20% USt.)

Eckenstein
Geigy
Stiftung

FÖRDERUNG 2023

EUKIKOWA [WIRD] UNTERSTÜTZT
10 % - 100 %

ACHTUNG NEU >>>

Die Seminare werden von
der Eckenstein-Geigy-Stiftung mit
35% gefördert!

Das Konzept auf unserer Website

EuKiKoWa

Eutonie Kinder Konzentration Wahrnehmung
eukikowa.at

Klaus Bierbaumer – EuKiKoWa Körperbewusstseinstaining
Königsberg 58, 2842 Thomasberg
& Cortigasse 4/7/5, 1220 Wien

+43 676 90 62 900 – office@eukikowa.at
www.koerperbewusstsein.at | www.eukikowa.at