

## Basis 1 Seminar – Körperbewusstseinstraining

**Motto:** Erkennen der Verhinderer des Energieflusses, des Potenzials und der Fähigkeiten durch Ängste, Glaubensgrundsätze, EuGong

*Körperbewusstsein ist und erschafft die Möglichkeit den physischen Körper, die Gefühle, die Gedanken und vor allem die Wechselwirkung zu beobachten.*

*Gedanken erschaffen, formen meinen Körper, meine physische Realität. Wie es meinem Körper geht erkenne ich durch meine Gefühle.*

*Damit Glücklich-SEIN bzw. Gesund-SEIN ein Dauerzustand sein kann, ist es erforderlich, die energetischen Prinzipien zu kennen und „IM KÖRPER BEWUSST zu SEIN“.*

### Inhalt Theorie:

- Wiederholung der Basis-Module
  - Was braucht der Mensch aus energetischer Sicht?
  - Alles ist Energie, eine Frage des Bewusstseins
  - Das Selbst und der Sinn des Lebens
  - Innere & äußere Haltung, der Kontakt
  - Wahrnehmung, Aufmerksamkeit, Konzentration, die Sinne
- Ängste, Glaubensgrundsätze, sind Verhinderer des Energieflusses, des Glücklich-Seins und des Wohlfühlens

### Inhalt Praktisch:

- EuGong, sanftes Bewegen mit Aufmerksamkeit
  - Grundübungen – Dehnungsübungen – Kontaktübungen – Koordinationsübungen
- IST-Zustand-Training – neutrales Beobachten lernen
- Wahrnehmungsübungen aus dem EUKIKOWA-Kursprogramm

Alle Übungen dienen dazu, den neutralen Beobachter in uns zu „installieren“. Neutrales Beobachten (wertfrei) unterstützt die fließende Energie in uns, uns von Blockaden (An-, Verspannungen) zu befreien. Das Potenzial in uns wird freigelegt.

### Termin:

**29. u. 30.08.2020**

Beginn: 29.08., 10.00 – 13.00h u. 15.00 – 19.00h, 1. Teil  
30.08., 09.30 – 12.00h u. 13.00 – 15.30h, 2. Teil

### Ort:

Ölerhof, Aubach 9, 4680 Haag am Hausruck

### TrainerIn:

Klaus Bierbaumer, Kata Strau

### Kosten:

Einzelbucher € 264,- (inkl. 20% USt.), Practitioner auf Anfrage

### Information/Anmeldung:

Klaus Bierbaumer, 0676/9062900, office@koerperbewusstsein.at

### EuKiKoWa und KÖRPERBEWUSSTSEIN

Klaus Bierbaumer - Praxis für körperliches und geistiges Bewusstseins-Training  
Büro NÖ: Königsberg 58, 2842 Thomasberg bei Edlitz  
Büro Wien: Trondheimgasse 4/4/5, 1220 Wien  
Büro Stmk: Klostersgasse 28, 8280 Fürstenfeld  
Email: office@eukikowa.at // www.eukikowa.at // www.koerperbewusstsein.at