campus³
Therapie Pflege Gesundheit

PFINGSTWOCHENENDE – LERNE, DEINER INNEREN STIMME ZU VERTRAUEN – DER WEG VON DER INTUITION ZUM CHANNELING

Campus³ AG
Haselstrasse 18
5400 Baden
Tel.: +41 (0)56 552 60 00
E-Mail: info@campus3.ch

www.campus3.ch

campus 3
Therapie Pflege Gesundheit

Kursausschreibung

PFINGSTWOCHENENDE – LERNE, DEINER INNEREN STIMME ZU VERTRAUEN – DER WEG VON DER INTUITION ZUM CHANNELING

EINLEITUNG

Wie oft beginnt der Tag mit dem automatischen Griff zum Handy, bevor wir überhaupt richtig wach sind? An diesem Pfingstwochenende vertiefen wir die Morgenpraxis aus meinem Buch Translingual – Die Sprache des Erwachens – mit mehr Zeit, mehr Raum und mehr Tiefe als im Alltag sonst möglich ist.

In diesem Format zeigt I. H. Elyonor (Autorin, dipl. Kinesiologin und Yogalehrerin), wie sich solche Automatismen mit einfachen, praxisnahen Methoden durchbrechen lassen – und wie daraus eine gesunde, bewusst gestaltete Routine entsteht, die im Alltag trägt.

Dazu gehören eine vertiefte Zyklus-Balance als ein Teil davon, vertiefte Atemübungen und kinesiologische Übungen zum Unterbrechen negativer Gewohnheiten – damit der Tag gut gelingt, unabhängig davon, in welcher Phase des eigenen Zyklus man sich gerade befindet.

ZIELE

Die Teilnehmenden

- vertiefen die Morgenpraxis aus Translingual – Die Sprache des Erwachens
- entwickeln eigene, alltagstaugliche Werkzeuge für ihre Morgenpraxis
- lernen, die eigene Zyklus-Balance als einen Teil ihrer Morgenpraxis zu integrieren
- vertiefen Atemübungen und kinesiologische Übungen zum Unterbruch von negativen Gewohnheiten
- erleben ein Wochenende der bewussten Regeneration und Gemeinschaft

INHALTE

Nach diesem Kurs

- kennst du die Morgenpraxis aus Translingual – Die Sprache des Erwachens vertieft
- verfügst du über eigene Werkzeuge für deine Morgenpraxis
- verfügst du über vertiefte Atem- und kinesiologische Übungen zum Unterbruch von negativen Gewohnheiten
- hast du gelernt, deine Zyklus-Balance in deine Morgenpraxis zu integrieren

METHODEN/ARBEITSWEISEN

- Vertiefende Impulsvorträge zur Morgenpraxis und Zyklus-Balance
- Geführte kinesiologische Bewegungsübungen
- Vertiefte Atemarbeit und Gruppenaustausch

KURSVORAUSSETZUNGEN

Für alle interessierten offen

LEITUNG

I. H. Elyonor

- I. H. Elyonor: seit 20 Jahren dipl. Integrative Kinesiologin (EMR/ASCA anerkannt) mit einer Praxis,
- e Ashtanga-Vinyasa- und Naam-Yoga-Lehrerin
- Sie begleitet seit vielen Jahren Menschen in ihrer Persönlichkeitsentwicklung
- Ihr zweites Buch, Translingual – Die Sprache des Erwachens, ist am 15. August 2026 erschienen.

Kursort	Datum	Zeiten	Kurs-Nr	Kosten

Haselstrasse 18, 5400 Baden AG im 4. Stock	15.05.2027 16.05.2027 17.05.2027	09.00 - 17.00 Uhr 09.00 - 17.00 Uhr 09.00 - 17.00 Uhr	99527	CHF 865.-