

«IM KÖRPER HEIMAT FINDEN»

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



Kursausschreibung

«IM KÖRPER HEIMAT FINDEN»

WEGE ZU EINER POSITIVEN KÖRPERBEZIEHUNG UND KÖRPERKOMPETENZ

EINLEITUNG

Unsere Gedanken beeinflussen die Beziehung zu unserem Körper. Mindsets sind jedoch veränderbar. Der Kurs zeigt Strategien auf, um eine liebevolle Körperbeziehung zu entwickeln. Der Kurstag ist eine Einladung, die eigene Körperbeziehung und die Glaubenssätze über den Körper bewusst zu machen, den Körper als zuhause und wertvollen Freund des Lebens zu erfahren.

Mit Impulsen, Reflexionen und praktischen Übungen hilft dir der Kurstag, deinen Körper als wunderbares Instrument zu erkennen, seine Weisheit zu entdecken, die spirituelle Verbindung zwischen Körper und Seele zu erfahren, sowie Wohlbefinden und Selbstliebe im Körper zu verankern.

ZIELE

Die Teilnehmenden

- erkennen mentale Brillen, mit denen der Körper betrachtet wird
- verstehen, wie mittels Neuroplastizität neue Gedankenpfade möglich sind
- sind fähig die eigene Körpergeschichte zu transformieren
- verfügen über Impulse auf dem Weg in eine liebevolle Körperbeziehung

INHALTE

- Was die Beziehung zum eigenen Körper prägt
- Wie wir unseren Körper sehen
- Bewertungen bewusst machen
- Frieden finden im Körper schafft Zufriedenheit
- Merkmale von Körper-Wertschätzung
- Unsere Sensoren: intelligent und oft nicht wahrgenommen
- Dankbarkeit: für Fülle, Freude und Lebendigkeit

METHODEN/ARBEITSWEISEN

Impulse, Reflexionen und praktische Übungen

KURSVORAUSSETZUNGEN

Du hast ein Diplom in Physiotherapie, Ergotherapie oder med. Massage, Craniosakraltherapie oder bist ChiropraktikerIn und HeilpraktikerIn oder Ähnliches

LEITUNG

Monika Leitner

Kursort	Datum	Zeiten	Kurs-Nr	Kosten
Haselstrasse 18, 5400 Baden AG im 4. Stock	01.02.2026	09.00 - 17.00 Uhr	39326	CHF 280.-