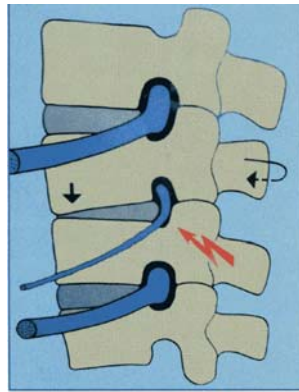


Ganzheitliche Rückenschule®

*mit Andreas Schmandt (Begründertherapeut) und
Karen Wallbott (Gesundheitstrainerin DTB)*

Der Mensch besteht nicht nur aus Knochen, Muskeln, Bändern, Weichteilen und Organen. Körper, Geist und Seele bilden eine Einheit. Geist und Materie kann man nicht voneinander trennen.

Zum Volksleiden sind Beschwerden an der Wirbelsäule geworden. Immer mehr Menschen haben Beschwerden bedingt durch Fehlstellungen der Wirbel. Bandscheibenvorfälle häufen sich. Doch hoffnungslose Fälle gibt es nicht, es gibt nur Fälle, die die Hoffnung aufgegeben haben.



Schematische Darstellung einer Wirbelblockade mit Nervenschwund, Ackermann Institut, Stockholm

Die Ganzheitlichen Rückenschule® ist eine geistige Wirbelsäulengymnastik mit Übungen, die eine erweiterte Sichtweise der Zusammenhänge zwischen Wirbelsäule, Körper und Emotionen aufzeigt und die Gesundheit fördert. Sie lernen hierbei Ihre Wirbelsäule als Energiezentrum kennen.

Zusätzliche praktische Übungen steigern die körperlichen und geistigen Fähigkeiten. Wir zeigen Ihnen Wege auf, die das Auflösen von einschränkenden Glaubenssätzen und Verhaltensmustern vollbringen.

In unserer Ganzheitlichen Rückenschule® vereinen sich u. a. Elemente aus der klassischen Rückenschule, Pilates, Rücken-Fit, Yoga, der sanften Wirbeltherapie nach Dorn, Entspannungstechniken, Energiearbeit u. v. m.

Doch warum Rücken-Schule?

Der Mensch lernt aus Neugier, aus Freude, aus Erfahrungen oder weil er lernen muss. Das Leben ist eine Schule.

Wir können lernen etwas für unser Wohlergehen tun. Aktiv und eigenverantwortlich.

Was aber ist mit dem Gehirn des Menschen?

Trainingsmethoden für Gedächtnis und Konzentration gibt es im Vergleich zu körperlichen Trainingsmethoden nur wenige. Dies ist jedoch genauso wichtig wie Körperertüchtigung. In unserer „Ganzheitlichen Rückenschule“ trainieren wir Körper *und* Geist. Um Problemen vorzubeugen oder um geheilt zu werden, müssen Körper, Geist und Seele wie in einer Symbiose zusammenwirken.

Wer also Rückenschmerzen hat, sollte nicht nur an Wirbelsäule, Nerven und Bandscheiben sondern auch an seine Psyche denken!

Diese Zusammenhänge lassen sich anhand eines Beispiels erklären:

Beim traurig sein krümmt sich der Rücken und die Schultern fallen nach vorne. Es ist unmöglich den Kopf oben zu halten. Sind Sie fröhlich und glücklich, nehmen Sie automatisch eine gerade Haltung ein. Man kann nicht lachen, glücklich sein und sich freuen in einer gebeugten Haltung. Man kann auch nicht traurig sein und weinen mit erhobenem Kopf und aufrecht stehend.

Wir sehen, Gedanken sind mächtiger als wir glauben. Unser Körper reagiert auf unsere Gedanken. Ohne dass wir es bewusst wollen, verändert sich die Haltung.

Rückenschmerzen werden der Vergangenheit angehören.

Kursleiter: Andreas Schmandt & Karen Wallbott

Teilnehmerzahl: 4 - 14 Personen

Kurs-Dauer: 6 Termine, je ca. 2 Stunden

Kosten: € 180,- (ohne Begradigung. Auf Wunsch € 60,- zusätzlich für die energetische Aufrichtung / Begradigung)

Termine: Unverbindliche Info-Abende siehe Termin-Kalender.
Beginn des Kurses, siehe Terminkalender

Kontakt & Anmeldung: *Andreas Schmandt*, Schumannstr. 24, 35415 Pohlheim, Tel. 06403-974571
e-mail: kontakt@sonnzen.de , Internet: www.sonnzen.de
Karen Wallbott, Tel. 0179-9767890, e-mail: k.wallbott@web.de

Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich für den Kurs
Ganzheitliche Rückenschule®
mit Andreas Schmandt & Karen Wallbott in Pohlheim an.

- Ich bringe die Teilnehmergebühr am ersten Kurstag in BAR mit.
- Ich habe die Teilnehmergebühr überwiesen auf das Konto:

Konto-Nr.: **242024963**
Bankleitzahl: **513 500 25**, Sparkasse Gießen
Kontoinhaber: Andreas Schmandt
Stichwort: Teilnehmername(n), GR __ (Kurs-Nr.)

Option:

- *Ich möchte während des Seminars energetisch aufgerichtet / begradigt werden! (Sonderpreis € 60,-)*

Name: _____

Kpl. Adresse: _____

E-Mail Adresse: _____

Telefon: _____

Geburtsdatum: _____

Ort/Datum: _____ Unterschrift: _____

Mit meiner Unterschrift erkläre ich mich einverstanden damit, daß An- und Abreise sowie die Teilnahme an der Veranstaltung vollständig auf mein eigenes Risiko erfolgen. Jegliche Haftung von Seiten des Veranstalters, des Organisers oder des Referenten ist ausgeschlossen. Mir ist bekannt, daß im Rahmen der Veranstaltung keine medizinischen Diagnosen erfolgen oder Therapien im medizinischen Sinne verordnet oder angewandt werden. Falls ich mich in ärztlicher/therapeutischer Behandlung befinde, spreche ich die Teilnahme ggf. mit meinem Arzt/Therapeuten ab.

Bei Rücktritt vom Seminar bis zu zwei Wochen vorher werden 40% der Kursgebühr berechnet, danach 75% der Kursgebühr; beim Rücktritt drei oder weniger Tage vor Seminarbeginn wird die volle Kursgebühr berechnet, sofern jeweils kein Ersatzteilnehmer gefunden wird.

ANMELDESCHLUSS ist fünf Werktage vor Seminarbeginn. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Viel Spaß beim Seminar!

(Dieses Anmeldeformular bitte per Fax 06403 – 9745 72 oder per Post an
Andreas Schmandt, Schumannstr. 24, 35415 Pohlheim zurücksenden)