

# Herzöffnung und Herzmeditation

Einführung in die Herzarbeit. Mehr Herz verbessert Beziehungen und wird auf natürliche Weise mehr innere Ruhe, Lebensfreude und Liebe in unser Leben bringen. Von Herzen glücklich sein.

Es geht um die **Förderung des fühlenden Herzens.**

- Wie kann ich mein Herz wieder fühlen?
- Wie kann ich Belastungen vom Herzen abgeben?
- Wie kann ich in den unterschiedlichen Lebensphasen das Gefühl aus dem Herzen nutzen?

In der **Gruppe jeden Dienstag & Donnerstag abends** (Preis auf Anfrage). **Einzelsitzung** nach Terminvereinbarung. Persönlich oder über Skype.

## Qi Gong

Qi Gong bedeutet übersetzt Energie Üben (Arbeit). Entsprechend der traditionellen Chinesische Kultur basiert Qi Gong auf der Ganzheit des menschlichen Lebens. Durch das Training der korrekten Bewegungen (Körperhaltung), durch die Regulierung des Atmens und die Kultivierung des Geistes verbessert es den Gesundheitszustand. Es baut die potentielle menschliche Kraft aus und führt zu Harmonie zwischen Körper, Geist & Seele.

Möglich in der **Gruppe ab 5 Pers.** (Preis auf Anfrage) oder auch **Individualunterricht** (jeweils 1,5 Std.)

## Preise FÜR ALLE ANWENDUNGEN

### ERSTBEHANDLUNG

90 Min. € 80,00

### WEITERE BEHANDLUNGEN

30 Min. € 30,00

60 Min. € 65,00

Alle Behandlungen nur nach  
**TERMINVEREINBARUNG!**

## Wichtig

Ich weise Sie darauf hin, dass in den Behandlungen keine ärztliche Tätigkeit durchgeführt wird und diese den Besuch beim Arzt nicht ersetzen!

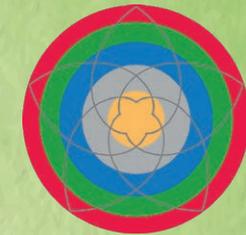
### HARTMUT HAMMERLE

Oberdorfweg 17 · 6534 Serfaus  
Tirol · Österreich

+43 676842927700

info@begegnung-energie.com

[www.begegnung-energie.com](http://www.begegnung-energie.com)



## Begegnung Energie in Bewegung

---

TUINA MASSAGE

BOWTECH

JIN SHIN JYUTSU

REIKI TUMMO

HERZÖFFNUNG & -MEDITATION

QI GONG

# TuiNa Massage

TuiNa, die chinesische Manualtherapie, ist neben der Arzneimittellehre, Akupunktur, Diätetik und Qi Gong eines der großen Therapieverfahren der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) und umfasst sowohl massierende als auch mobilisierende und reponierende Techniken.

TuiNa behandelt direkt die Weichteilstrukturen und Gelenke, die Leitbahnen und die Oberfläche (Haut). Das Gewebe wird durchgängig gemacht, der Qi- und Blut-Fluss wird angeregt und Blockaden werden gelöst.

TuiNa Techniken zeigen daher eine starke energetische und regulierende Wirkung.

Zusätzlich werden entsprechende Akupunkturpunkte gewählt und aktiviert, um die Wirkung zu verstärken und das Gleichgewicht zwischen Yin und Yang, im gesamten Körper wieder herzustellen.

## TUINA WIRKT BEI

- Hautprojekten
- Muskelprojekten
- Projekten der Sehnen, Bänder und den Gelenken
- Nervensystem
- Verdauungsprojekten
- Blutkreislauf und dessen Beschaffenheit
  - verbessert die Atmung
- wirkt im Gesamten auf Körper, Geist & Seele

# Bowtech

## SANFT - EFFEKTIV - GANZHEITLICH

Die Bowtech besteht aus sanften, rollenden Bewegungen über einen Muskel oder eine Sehne. Diese Bewegungen sprechen das autonome Nervensystem an und senden über das Faszien-System Impulse in den Körper, die ihn an seinen ursprünglichen Zustand der Entspannung erinnern. In diesem Zustand hat er die Möglichkeit, seine Ressourcen der Selbstregulation bestmöglich zu nutzen und wieder in Balance zu kommen.

## ANWENDUNGSMÖGLICHKEITEN

Die Bowen-Technik ist hervorragend geeignet, um Wohlbefinden und Gesundheit zu erlangen und zu erhalten. Sportler/innen verwenden sie, um ihr Leistungsniveau zu halten und zu steigern, sowie nach Anstrengungen ermöglicht sie dem Körper, sich schneller zu erholen.

## FOLGENDE BEREICHE WERDEN UNTERSTÜTZT

- der Bewegungsapparat
- die inneren Organe
- das Herz-Kreislauf-System
- das Nervensystem
- der gesamte Körper während der Schwangerschaft

# Jin Shin Jyutsu

## STRÖMEN

Jin Shin Jyutsu ist eine alte Kunst des Händeauflegens. Es wird durch sanfte Berührung entsprechender Sicherheitsenergieschlösser, die am Körper verteilt sind, der Selbstheilungsinstinkt des Körpers geweckt und aktiviert.

# Reiki Tummo

Ist eine Technik, um universelle Energie zu Menschen, Tieren, Pflanzen zu leiten.

Die Energie ist nicht durch Zeit und Raum begrenzt (Fernanwendung möglich), und eignet sich sehr gut zur Reinigung des Herzens. Reiki Energie ist sehr sanft, sie verbreitet sich und stoppt automatisch (daher sehr gut für sensible Organe und Babys geeignet).

## ALLGEMEINE VORTEILE

- Verbesserung und Erhaltung deiner Gesundheit
- Hilft bei physischen, mentalen, emotionalen und anderen nicht physischen Problemen
- Beruhigt den Verstand, verbessert die Entspannung
- Erhöht die Menge und Qualität deiner Energie
- Reinigt die Energiekörper, Chakren und Energiekanäle