



KOHOLA

Atem-Organ-
Workshops
2023/2024



Über das Körperbewusstsein in ein höheres Bewusstsein

Taucht mit uns auf ganzheitliche Art und Weise an diesen Tagen ein in die Geschichte des jeweiligen Organs, um ein **neues Körperbewusstsein** zu entwickeln.

Wir spannen über die Anatomie und die Physiologie den Bogen zur **Psychodynamik**, möchten Zusammenhänge verständlich und über Wahrnehmungsübungen auch fühlbar machen. Ihr erfahrt das Wichtigste über das versorgende Energiezentrum, erhaltet **Tipps aus der Naturheilkunde** und effektive **Atemübungen** und andere Tools, um die Themen des jeweiligen Organs auf den unterschiedlichen Ebenen zu bewegen.

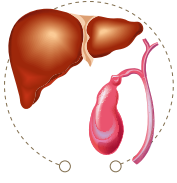
Körper-, Emotional- und Mentalbewusstsein sind untrennbar miteinander verbunden. Verantwortung für sich selbst zu übernehmen und die äußere Welt als Ausdruck der inneren Welt zu begreifen kann in unerwartete Freiheit führen. Euer Körper zeigt Euch, wo noch **Integration oder Transformation** stattfinden darf.

Entschlüsselt die Sprache der Organe, die gerne in Resonanz gehen mit unterdrückten Emotionen und Gefühlen und findet mit Eurem Körper in ein neues Lebensgefühl, eine neue Leichtigkeit und in ein neues Bewusstsein.



Wo? Lokation im Raum Nürnberg/Fürth
Wann? Jeweils von 10.00 bis 18.00 Uhr

26. November 2023



„Die Leber und die Galle – pure Lebensenergie!“

Solarplexuschakra

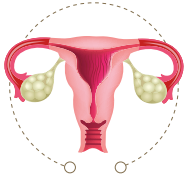
Wut tut gut und ist die Kraft der Veränderung. Der Schmerz der Leber ist die Müdigkeit. Körperlich reagiert hier nicht nur die Wirbelsäule im Übergang Brust-/Lendenwirbelsäule, sondern oft auch die rechte Schulter, das rechte Iliosacralgelenk oder gleich die gesamte rechte Körperhälfte.

Noch zum
Einführungspreis
von 120,-€

2. und 3. März 2024

„Die Gebärmutter – pure Weiblichkeit“

Sakralchakra



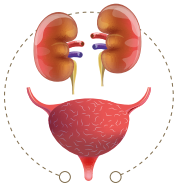
Hier geht es um weibliche Identität, Kreativität, Hingabe, Sexualität und Schöpferkraft. Wodurch bist Du hier geprägt? Sind Dir eventuelle Glaubenssätze dienlich? Durchleuchte Deine Ahnenlinie... Physischen Bezug gibt es zum untersten Lendenwirbel, dem Kreuzbein, den Gelenken der Hüften, Knien und Sprunggelenken.

Mehr Infos siehe
Flyer. Teil der
Naj'a Projects.

20. April 2024

„Die Blase und die Nieren – Urvertrauen“

Sakralchakra

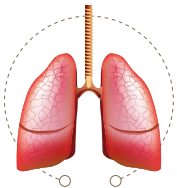


Resonanzorgane für Urängste und Existenzängste. Oftmals Eltern- und Partnerschaftsthemen. Angespannt auch bei körperlichen Beschwerden in den Knien, Sprunggelenken und in der Kreuzbeingegend.

14.-15. September 2024

„Die Lunge – unser Kontaktorgan“

Herzchakra

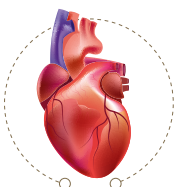


Resonanzorgan für Trauer – oftmals mir Bezug zum Familiensystem. Das Atemsystem ist mit allen anderen Systemen des Körpers verbunden. Da es das einzige System ist, das willkürlich zu steuern ist, können wir über die Atmung auch alle anderen Systeme beeinflussen.

5. Oktober 2024

„Das Herz – unser Versorgungsorgan“

Herzchakra

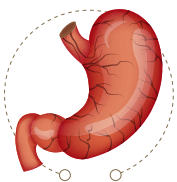


Die Beziehung zu Dir – die Beziehung zu anderen. Selbstliebe. Mitgefühl. Ein entwickeltes Herzchakra strahlt wesentlich weiter als das Magnetfeld des Gehirns. Entwickle Deine Herzensqualitäten und lebe Liebe, Mut, Stärke, Lebensfreude, Frieden, Authentizität.

23. November 2024

„Das Magen-Darm System“

Chakra 1-5



Ein komplexes hochsensibles System. Von der Speiseröhre bis zum Enddarm. Was nährt uns? Was tut uns gut? Was nicht? Versorgung. Was schlucken wir? Entscheidungen. Ein Stein im Magen. Sorge. Was verdauen wir nicht. Loslassen. Auswirkungen auf die Schulter/BWS/LWS/ISGs über ligamentäre Verbindungen oder faziilitierte Segmente. Was es damit auf sich hat, darauf gehen wir ausführlich ein! Auch auf den Darm als einen wichtigen Teil des Immunsystems und im Kontext Epigenetik. Nahrungsaufnahme ist mehr als nur ein Muss und Genuss!

Ab 2024 Tagesworkshop: 149,- € inkl. MwSt. | Wochenendworkshop: 298,-€ inkl. MwSt.

Über uns



Evelyn Hopfengärtner

Sektorale Heilpraktikerin für Physiotherapie
Atemtrainerin
Bewusstseinstainerin
Natur-und Seminarreisen (wieder ab Herbst 2024!)
Gründerin von Kohola und den Naj'a Projects
Mit-Initiatorin von BewusstSign

.....
www.evelynhopfengaertner.de
www.physiotherapie-evelynhopfengaertner.de

Regina Ambrosiak

Heilpraktikerin
Atemcoach
Reinkarnationstherapeutin
klassische Homöopathin
Metabolic Balance
Cellagon Beraterin
Hypnosetherapeutin

.....
www.metabolic-regensburg.de



Anmeldungen bitte per Mail an
info@evelynhopfengaertner.de