

Ausbildung | Weiterbildung zum Diplom-Körpercoach ganzheitlich • holistisch

wahlweise einjährig oder zweijährig mit unterschiedlichem Umfang



Ganzheitlicher Körpercoach
Feldenkraispädagogin
Physiotherapeutin

Ein ganzheitlicher Körpercoach betrachtet ein Thema unter Berücksichtigung möglichst vieler Aspekte. Mit der hier angebotenen Ausbildung können Sie sich **verschiedener, erprobter Methoden** bedienen, die Sie individuell einsetzen. Sie bieten dadurch eine **maßgefertigte Therapie**, statt dem Menschen die konventionelle Medizin überzustülpen. Immer mit dem langfristigen Ziel, dass Körper, Geist und Seele beim gesunden Menschen **eine intakte Einheit** bilden.



Die Ziele der Ausbildung

- Handwerkszeug und praktische Erfahrungen zur Erweiterung Ihrer beruflichen Optionen
- Eigenheilung durch Selbstzugang und Selbstorganisation zur Verbesserung Ihrer Lebensqualität
- Erleben von intensiven Bewegungszeiten
- beweglicher werden und bleiben
- langfristige Heilungserfolge für Sie und Ihre Klienten

Meine grundlegende Haltung und Sichtweise

*medicus sanat, natura curat – der Therapeut behandelt, die Natur heilt.
Dies ist die Grundlage meiner Sicht- und Lehrweise.*

Dazu muss ich den Menschen in die Lage versetzen, zu ordnen, zu strukturieren, Ungutes zu verwerfen nach Prüfung, Gutes zu behalten.

Noch besser als Heilung ist Verbesserung – hin zu Leichtigkeit und Erweckung der eigenen Schöpfer- und Gestaltungskraft zum guten, schönen, sinnerfüllten Leben rundherum mit Qualität und Intensität.

Als Coaches können wir einladen, inspirieren, ermutigen, den Lernprozess zu sehen, jegliche Störung radikal ermuntert anzusehen auf allen Ebenen:

- körperlich,
- emotional und
- seelisch.

Innehalten. Die innere bewusste Bewegung ist das Mittel der Wahl. Jeder versteht diese Qualität: Entweder sie ist leicht oder nicht. Eine Verbesserung auf EINER EBENE zieht die Verbesserung auf den ANDERN BEIDEN EBENEN mit sich.

Eckdaten:

- Modus, Termine und Kosten werden neu konzipiert. Infos folgen.

«Am rollenden Stein wächst kein Moos.»

Oskar Kokoschka

„Eigentlich bin ich ganz anders,
ich komme nur so selten dazu.“

Ödön von Horváth

Jemand strebt Veränderung und andere Zielsetzungen an und hält sich auch wacker einige Zeit daran, um sich früher oder später doch wieder im alten Handlungsmuster zu finden. – Ein ganzheitlicher Körper-Coach kann hier helfen.



Das erhalten Sie im Rahmen dieser Ausbildung*:

- Sie erhalten Know-how zum Beginn einer neuen Berufslaufbahn.
- Eigenheilung von vielen Problemen (zum Beispiel Stress, Husten, Erkältung, Rücken ...)
- zahlreiche verschiedene Methoden, auch zur Parasympathikus-Aktivierung (Gelassenheit ist die zentrale Komponente für psychische und körperliche Gesundheit und ein inspiriertes Leben).
- komplettes Wissen + Erfahrung zur Durchführung eines 15-wöchigen Kurses GUTES GEHEN (1x wöchentlich)
- komplettes Wissen + Unterlagen + Erfahrung zur Durchführung eines 15-wöchigen Kurses GUTES BEWEGEN MIT SINN + BESEELTEM GEIST (1x wöchentlich 1 Stunde)
- komplettes Wissen + Unterlagen + Erfahrung zur Durchführung einer Woche mit WANDERN + TECHNIKEN BERGAUF-BERGAB (bei Belegung von zwei Bergwanderwochen bei mir)
- komplettes Wissen + Unterlagen + Erfahrung von 5 EINZELSTUNDEN KLASSISCH immer anwendbar in Rückenlage / Bauchlage / Seitenlage / Sitzen / Körperreise
- selbst gesprochene CD einer Körperreise mit Basis-Bewegungen für Rückenlage, Seitenlage, Sitzen
- komplettes Wissen + Unterlagen + Erfahrung für je ein Wochenend-Seminar »Rückengeschichten«, »Gut zu Fuß«, »Wirbelsäule • Rücken • Gehen • ganzheitlich«.



* bei zweijährigem Umfang. Je nach Vor-Erfahrung kann 1 Jahr gelingend sein und genügend. Da die Aus- und Weiterbildung eine Anleitung zur grundlegenden Selbstorganisation ist, ist es eine persönliche Chance, sich das zweite Jahr auch zu gönnen. (Besonders inmitten der inspirierenden Umgebung in Südtirol).

Inhalte im Fokus

- Gesundheit / Krankheit / Vor-Zeichen erkennen lernen / Parameter
- Eigen-Mächtigkeit
- Selbstmitgefühl entwickeln
- Zuordnung: Knochen tragen, Faszien halten, Muskeln bewegen
- Wege aus der Überforderung, aus dem Stress, aus Burn-out, aus chronischem Schmerz
- Energiemanagement
 - Emotionale Ernährung der echten Art als Gegenpol zur Erschöpfung
 - Konzentration – Meditation – Suggestion
 - Berührung → Stille → Dynamik
 - Lesen von Körpersprache, Motorik, Gestik, Mimik, Berührung
 - Spüren von Mangel
 - Lebens-Sinn, Lebensaufgabe, spiritueller Kontext
 - Essen, Trinken, Nahrung
 - Einstellungen, Überzeugungen
 - Motivation und Motivateure für ein gutes Leben
- Auseinandersetzung mit der Macht der inneren Antreiber und Saboteure
- Spiegelneurone – Synapsen
- Anleitung: Sauna – Feuerlauf – Kurzinfo über Homöopathie – Bogenschießen – Trommeln – Schneeschuhgehen – morphisches Feld – Lesung – Naturarzt – Detox – Darmreinigung – Lichtnahrung.
- teilweise mit eingeladenen anderen Dozenten
- alle Inhalte: siehe Webseite www.luzia-brauchle.de/koerpertherapie.php



Ich gehe vom **GESUNDEN MENSCHEN** aus, **NICHT VOM KRANKEN** oder der **KRANKHEIT**

Das ist der wichtigste Unterscheidungsfaktor zu allen anderen Verfahren.

Fakten:

- der Mensch ist eine Einheit aus Körper, Geist und Seele
- lebenslanges Lernen ist ihm seit Geburt gegeben
- das Selbstbild ist lebenslang formbar
- auch geschädigte Gehirne, egal welcher Art ... sind fähig, rasch zu regenerieren oder sich positiv zu verändern
- ohne Verkörperung kann ein Mensch nicht denken
- Muskeln sind ein wesentlicher Motor unserer höheren Funktionen

Lernen ist für das menschliche Nervensystem das, was der Instinkt für Tiere ist. Bewegung – oder ihre Abwesenheit – macht den Zustand des Nervensystems sichtbar, seine erbliche Ausstattung und den Grad seiner Entwicklung.



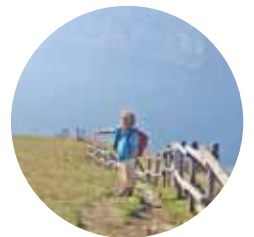
Voraussetzungen und Not-Wendigkeiten

- Anwesenheit bei allen Terminen von Anfang bis Ende
- Kleine Krankheiten (Husten, Schnupfen, Erkältung, Grippe) entbinden davon nicht – Ausnahme wäre etwas Gravierendes wie ein größerer Unfall oder eine OP. Befindlichkeitsstörungen zu meistern, ist übergeordnetes Thema der Ausbildung. Ersatz für versäumte Termine ist lediglich als Teilnahme an einer Bergwanderwoche möglich.
- Telefoncoaching in den freien Zeiten
- Coachbar durch die Dozentin sein, der Ton untereinander ist höflich, wohlwollend, wertschätzend, humorvoll, unterstützend
- Leseliste abarbeiten: 14 Bücher aus 28 Möglichkeiten
- Schreiben als Lern-Erfahrung
- Das Motto heißt: ICH BIN · ICH KANN · ICH TUE
- Nach einer Vorbesprechung wird eine individuelle Nah- und Fernzielliste mit Erfolgskontrollmöglichkeiten in folgenden Bereichen erstellt: Körper – Geist – Seele – Beziehungen – Umfeld: Wohnstatt, Lebensort – Lebensqualität – Einkommen/ Ausgaben – Eigenverantwortung – Umfeld: Natur, Ökologie, gutes Beispiel – Körpersprache: Kleidung, Ausdruck, Ich-AG.



Abschluss-Diplom

Als Abschluss der Ausbildung | Weiterbildung erhalten Sie von mir ein Diplom.



Die Termine

Modus und Termine werden noch bekannt gegeben.

Veranstaltungsort: Südtirol

Die Tage finden in Südtirol statt, das ist ein PRIVILEG, kein Mehraufwand. Es ist eine wirkungsvolle BESONDERHEIT, in dieser wunderbaren Landschaft zu sein und sich in und mit der Natur ganz verbunden zu fühlen.
Fahrzeit Stuttgart – Bozen ca. 6 Stunden



Kennenlern-Angebot

Wenn Sie mich noch nicht persönlich kennengelernt und erlebt haben, dann möchten Sie das bestimmt tun, bevor Sie sich entschließen, diese Ausbildung zu buchen.

Da die Teilnehmer/innen weit verteilt leben, lässt sich kein gemeinsamer Kennenlernetag realisieren. Damit Sie mich zuerst kennenlernen können, biete ich Ihnen ein vergünstigtes Angebot an:

Buchen Sie einen halben Tag bei mir zum Kennenlernpreis von 150 €, das beinhaltet eine Einzelbehandlung und die Teilnahme an einer Feldenkrais-Bewegungsgruppe. So lernen Sie zwei bedeutende Gebiete meiner Arbeit und meiner Kompetenzen kennen.



Fragen / Beratung / Anmeldung

Bitte kontaktieren Sie mich bei allen Ihren Fragen zu dieser Ausbildung. Zur Buchung des Kennenlern-Angebots oder der Ausbildung wenden Sie sich bitte an:



Luzia Angela Brauchle

Ischia Str. 2
39100 Bozen/Südtirol
Italien

Telefon und WhatsApp:
+39 347 345 3622

Mail impuls@luzia-brauchle.de

Cottastrasse 51
70180 Stuttgart
Deutschland

Telefon und WhatsApp:
+49 172 7 24 24 29

Vertiefende Informationen

Was ist ein ganzheitlicher Körpercoach und was bewirkt er?

Der Mensch ist eine **Einheit**. Seine Körperfunktionen, sein Geist und seine seelischen Prozesse können nicht losgelöst betrachtet werden, sondern nur als **ineinander greifendes System**. Das hat jeder von uns schon am eigenen Leib erfahren. Der eine bekommt Kopfschmerzen, wenn ungeliebte Arbeiten anstehen, die andere Rückenschmerzen vom ach so gesunden Fitness-Training. Tatsächlich hält der Begriff der Ganzheitlichkeit nun auch Einzug in die konventionelle Medizin. Denn immer mehr Therapeuten sehen den Menschen im Patienten, der mehr braucht als eine kurzfristige Reparaturleistung.

Der ganzheitliche Körpercoach **unterstützt, begleitet und lenkt den Menschen**, der Hilfe sucht. Ein Coach vermag die Probleme anderer nicht zu lösen. Er hilft ihnen aber, sich den Herausforderungen wieder zu stellen und somit dem Leben eine neue Qualität zu geben.

Ein ganzheitlicher Körpercoach betrachtet ein Thema unter **Berücksichtigung möglichst vieler Aspekte**. Mit der hier angebotenen Ausbildung können Sie sich **verschiedener, erprobter Methoden** bedienen, die Sie individuell einsetzen. Sie bieten sozusagen eine maßgefertigte Therapie, statt dem Menschen die übliche konventionelle Medizin überzustülpen. Immer mit dem langfristigen Ziel, dass Körper, Geist und Seele beim gesunden Menschen eine intakte Einheit bilden.

Krankheiten sind oftmals selbst verursacht – entweder durch eine ungesunde Lebensweise oder durch krankmachendes Denken. Sie als Coach haben die Möglichkeit aufgrund der **Methodenvielfalt**, mit der Sie arbeiten, von verschiedenen Seiten an diese Herausforderung heranzugehen. Sie können sowohl auf der Ebene von Geist und Seele arbeiten, um den Körper zu beeinflussen als auch auf der körperlichen Ebene, um wiederum auf diese Weise ein seelisches Problem zu lösen.

Sie merken, dass diese Form der Behandlung ganz neue Perspektiven öffnet. Es profitiert nicht nur der kranke Mensch durch eine ursachenbezogene Therapie, sondern auch Sie können sich selbst neu entdecken. Ihre Fähigkeiten besser nutzen und Ihr Wissen umfassender einbringen. Ein ganzheitlicher Körpercoach behandelt immer auch sich selbst!

Wem nützt diese Ausbildung?

Jedem Menschen der an Weiterentwicklung interessiert ist – auch darin zeigt sich der spirituelle Aspekt. Sich bewusst werden über sich, den Raum, wo und wie mit wem ich lebe. Passt das noch oder braucht es eine kleine Spur-Verrückung, dazu eine Auszeit, um wieder zu sich zu kommen und Anregung multipler Art zu bekommen. Das nützt dann auch der Gemeinschaft, der Umwelt dem Umfeld. Das steckt an. Ansteckende Gesundheit wird angefacht.

Die Aus- und Weiterbildung ist zum Einen bestimmt für Menschen in medizinischen, therapeutischen, psychologisch oder pädagogisch ausgerichteten Berufen. Gleichzeitig ist sie aber genauso geeignet für Menschen, die ihren eigenen Heilungsprozess tiefgreifend verändern, unterstützen und optimieren möchten.

Jeder, der sich beruflich als ganzheitlicher Körpercoach neu ausrichten möchte und an einer Fülle an Erfahrung und Kenntnissen interessiert ist, bekommt ein übergreifendes Wissen vermittelt.

Das erlernte Wissen können Sie nicht nur in akuten Fällen, sondern auch als Präventivmaßnahme einsetzen. Deshalb ist diese Aus- und Weiterbildung für alle interessant, die im Wellness-, Sport- und Fitnessbereich angesiedelt sind.

Auch Management-Coaches profitieren von dieser Weiterbildung. Ein körperorientiertes Basiswissen, das Erkennen körperlicher Symptome und deren Bedeutung sowie das Bewusstwerden und Bewusstmachen von bestimmten Themen durch den Körper lassen Coachingprozesse im Unternehmen in einem anderen Licht erscheinen.

Das gesamte Setting findet in einem Rahmen von Wertschätzung und Wohlwollen statt, denn Lernen kann grundsätzlich nur in einem positiven Umfeld stattfinden. Darum vermeiden wir Druck und Stress und legen großen Wert auf gute synaptische Verschaltung.

Die Aus- und Weiterbildung ist nicht nur eine Grundlage für Ihre Zukunft, sondern auch eine starke persönliche Erfahrung. Sie bietet jedem genügend Raum, um sich individuell zu entfalten.

Mein Anliegen

- Leichtigkeit in den Lebensdschungel bringen
- weg von selektivem analytischem Wissen hin zur Ganzheit
- Wissen über medizinische Details ist wichtig und eben auch nicht. Das große Bild zu erkennen und die eigene Wahl auszuüben und ist viel entscheidender: Gesundheit ist ein lebenslanger Lernprozess, den ich förderlich oder hinderlich beeinflussen kann. Dazu brauche ich Bewusstsein hierüber. So einfach ist Spiritualität.



Seit 30 Jahren arbeite ich als Krankengymnastin und Feldenkraispädagogin. Des Weiteren habe ich eine Ausbildung als Systemischer Business Coach und diverse Zusatzausbildungen und Seminarleitungs-Diplome in autogenem Training, Hypnose, Körper-Geist-Spiegel-System, Stressmanagement, Geistheilerin, Mediation und Feuerlauf. Ich leite verschiedene Seminare und habe inzwischen eine sehr gut gehende Praxis. Sie unterscheidet sich deutlich von anderen Praxen, da ich mich bereits vor langer Zeit entschieden habe, einen therapeutisch ganzheitlichen Weg zu gehen. Nun bin ich in der Fülle und lebe ein reiches Leben.

Ich möchte nun mein **Wissen und meine Erfahrungen an interessierte Menschen weitergeben**, die den Wunsch haben, unser Gesundheitssystem zu prägen, indem sie neue Wege beschreiten. Die schulmedizinische Ausbildung, die heute vermittelt wird, reicht nach meiner Erfahrung nicht aus, um auf diesem Markt **langfristig erfolgreich** zu sein. Jeder und jede muss ein großes Maß an Eigeninitiative und Neugier mitbringen und sich permanent weiterbilden. Körpercoaching ist geradezu eine Kunst, bei der es nicht nur um technisches Können, sondern auch um die Frage des Zuhörens und der achtsamen Wahrnehmung geht. Durch meine langjährige Praxiserfahrung habe ich sehr viele Menschen kennen gelernt und weiß, dass kranke Menschen einen riesengroßen Bedarf an Gesprächen und Ursachenklärung haben.

Leider sind viele konventionelle Angebote für schmerzgeplagte Menschen nicht nachhaltig wirksam. Es liegt mir am Herzen, diese Lücke zu schließen. Des Weiteren möchte ich **Mut machen, neue Wege zu gehen und eigene Akzente zu setzen**. Vielleicht lässt sich mein Erfolgsrezept in Ihr Arbeitsfeld integrieren.

Auf leisen Pfoten ...

Der Körper lässt sich nicht zum Glück zwingen, da hilft kein Ausdauertraining, keine Übungen, kein Dehnen, keine Faszienrollung, keine Diät oder mentale Technik alleine.

Körperglück und Lebensglück kommen auf leisen Pfoten daher, wenn der Geist entspannt, der Atem gelöst ist und die Wahrnehmung voller innerer Zartheit ist. Der Geist-Seele-Körper ist wie ein Fluss und schwingt und fließt im Austausch mit allem. Er ist keine Maschine zum Knöpfchen drücken oder Ersatzteile austauschen, die durch meine Lebensweise kaputt gegangen sind. Diesem Fluss – dem FLOW – kommen wir vielfältig und sinnlich auf die Spur.

**BERÜHRT SEIN
BEWUSST SEIN
BEWEGT SEIN
BEBILDERT SEIN
SEIN
SEIN IM KÖRPERHAUS
SEIN IN LEICHTIGKEIT
SEIN**

Hinzugefügt wird die Dynamik der spiraligen Entdrehung und Entladung. Als evolutionäres Erbe tragen wir zeitlebens den »animal-body« als weiches Tier in uns. Kreative Bewegungsbilder aus diesem Erbe führen unmittelbar in den Erfahrungsraum des erlebten Körpers. Der erlebte lebendige, geschmeidige Körper wird wieder eine reiche Quelle tiefen Vertrauens, Trost, Kraft, Zuversicht, Mut, Stärke und Zentriertheit, Ordnung und guter Organisation.

Mit Suggestionen, Eigenhypnose, Tiefenentspannung im Sinne des Parasympathikus und langsamen Gehirnwellen und Bildern zur Visualisation wird alles sanft, dynamisch miteinander verwoben und feingestimmt wie ein edles Musikinstrument. Wird innere Achtsamkeit gelebt, dann schmilzt angestaute Körperenergie und ich vergebe mir.

**Dies ist die natürlichste Reinigung und Entschlackung durch abatmen und bewegen.
So geschieht Stressbewältigung.**

Es braucht ZEIT UND RAUM UND EINE SICHERE UMGEBUNG, UM EHRlich ZU WERDEN.

Ich muss **MIT MIR HÖCHSTPERSÖNLICH IN KONTAKT KOMMEN.**

Es gilt, Botschafter und Animateur in eigener Sache zu sein.

Lesen Sie gerne ausführlich online unter www.luzia-brauchle.de/genau-wissen.php

Fragen / Beratung / Anmeldung

**Bitte kontaktieren Sie mich bei allen Ihren Fragen zu dieser Ausbildung.
Zur Buchung des Kennenlern-Angebots oder der Ausbildung wenden Sie sich bitte an:**

Luzia Angela Brauchle

Ischia Str. 2
39100 Bozen/Südtirol
Italien

Telefon und WhatsApp:
+39 347 345 3622

Mail impuls@luzia-brauchle.de

Cottastrasse 51
70180 Stuttgart
Deutschland

Telefon und WhatsApp:
+49 172 7 24 24 29