

Workshop: Holistic Pulsing

Die sanfte, schmerzfreie Methode des Holistic Pulsing kennenlernen und Grundtechniken des Körperpulsens ausprobieren, den Körper durch Schwingung und schaukelnde Bewegungen in Tiefenentspannung zu bringen. Durch die Stimulation der Basissinne kommt der Körper mit seinen sensomotorischen Erfahrungen, dem Fundament seiner Selbstempfindung, in Kontakt. Körperliche und seelische Blockaden werden eingeladen, sich zu lösen. Der dadurch einsetzende Stressabbau unterstützt den Heilungsprozess bei vielen Beschwerden und hat grundsätzlich eine beruhigende und ausgleichende Wirkung. Das Pulsen kann zudem für besseren Schlaf sorgen, löst Verspannungen, ist verdauungsfördernd und reguliert den Muskeltonus. Die Wirbelsäule und andere Gelenke werden flexibler und beweglicher. Eine leicht erlernbare und sofort umsetzbare Methode, die für alle Altersgruppen geeignet ist.

In	hal	lte:

- -Kurze Einführung in die Geschichte und Entwicklung von Holistic Pulsing
- -Theoretische und praktische Grundlagen des Holistic Pulsings
- -Erlernen einiger Basisgriffe des Körperpulsens in Zweiergruppen (Pulsing-Austausch)

Methode:

-Vortrag, praktische Übungen, Selbsterfahrung durch gegenseitiges Pulsen

© 2025 - Ifi.at Ausdruck vom 16.12.2025





Information

Verfügbare Termine

Kursdauer:	8 Einheiten	
Kursbeitrag:	95,00 € Kursgebühr	
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung	
Mitzubringen:	ubringen: Decke, Handtuch und kleinen Polster.	

© 2025 - Ifi.at Ausdruck vom 16.12.2025