



Meditatives Gehen

Ausbildung zur therapiebegleitenden Anwendung

Meditatives Gehen ist eine wohltuende Erfahrung für Menschen, die lieber in Bewegung meditieren als im stillen Sitzen. Heute verbringen viele Menschen viel Zeit in geschlossenen Räumen und das im Sitzen. Da ist es sinnvoll nach draußen zu gehen und sich zu bewegen. Bei einem bewussten Spaziergang kommen oft schon aus sich selbst heraus Prozesse in Bewegung, wie sie in vielen Meditationsformen gelehrt werden: sich erden, den Geist zur Ruhe bringen, sich entspannen, Konzentration, Aufmerksamkeit und Achtsamkeit.

Dass der meditative Effekt körperliche, psychische und soziale Prozesse fördert, wird seit den 70er Jahren wissenschaftlich untersucht und positiv bewertet. Auch gesunde Menschen, die sich in Veränderungsprozessen befinden, werden durch Meditation und körperlicher Bewegung in der Natur nachhaltig unterstützt. Die dafür entwickelten Geh- und Wahrnehmungsübungen entstanden durch die Beobachtung positiver Verhaltens Entwicklungen bei Teilnehmern, während meiner neunjährigen Praxis mit Gruppen.

Das Ausbildungsangebot wendet sich an Psychotherapeuten, Ärzte, Heilpraktiker, Coachs, Berater, Kliniken und Einrichtungen, die für ihre Klienten therapiebegleitende Methoden suchen. Die ausgesuchten, meditativen Gehübungen werden bedarfsorientiert durch Theorie und Praxis vermittelt. Ziel der Ausbildung ist es, dass Teilnehmer die Übungen im Kontext ihrer therapeutischen Arbeit selbst anleiten können.

Termin: Samstag, den 22. und Sonntag, den 23. Juni 2013, jeweils von 10:00 bis 16:00

Ort: Karlsruhe, Stadtmitte und nähere Umgebung.

Treffpunkt: Seminarraum der Praxis Dr. med. T. Kettling, Röntgenstr. 5, 76133 Karlsruhe.

Veranstalter: Dipl. – Ing. Peter Kettling.

Kosten: Gruppenunterricht: 200,00 € inkl. MwSt pro Person, Teilnehmer mind. 4 bis max. 12 Personen.

Anmeldung: Um Anmeldung bis zum 8. Juni 2013 wird gebeten.

Hinweis: Die Teilnahmebedingungen finden Sie unter www.nemeton.de/kontakt-teilnahmebedingungen.html

Meditatives Gehen findet überwiegend draußen und bei jedem Wetter statt. Bitte dem Wetter entsprechend einkleiden. Herzlich willkommen!



NEMETON Seminare / Peter Kettling / Schönenfelder Straße 100 / D - 21109 Hamburg
Tel +49 (0)40 - 38 655 844 / Fax +49 (0)40 - 38 655 845 / Mobil +49 (0)175 - 279 14 10
E- Mail: info@nemeton.de / Internet: www.nemeton.de

Inhaltlich Verantwortlich: Peter Kettling, Hamburg. St Id Nr: 5710968367.