



GANZHEITLICHE SCHWANGERSCHAFTSBEGLEITUNG

KURSBEGINN 3. MÄRZ 2010

In einem ganzheitlichen Schwangerschaftsbegleitungskurs helfe ich Frauen, den Kontakt zur Seele ihres Kindes aufzunehmen und das Baby mit **Körper, Geist & Seele vollständig anzunehmen**. In diesen Abenden lernen werdende Mütter ihrer Intuition zu vertrauen, ihre **Ängste** und **Sorgen loszulassen** und in das Vertrauen zu gelangen ihr Kind in entspannter Art und Weise ins Leben zu begleiten.

Durch Meditations- und Entspannungstechniken lernen die Mütter den eigenen Weg für eine **entspannte und ruhige Geburt** kennen und selbst umzusetzen. Die Kraft und das Urvertrauen in dieser Zeit wieder zu gewinnen ist eine wichtige Aufgabe, die uns für die Geburt und die Zeit danach stärkt. Chakren werden gereinigt und die Frauen sind nach diesem Kurs in der Lage, selbst zu ihrer weiblichen Kraft zu gelangen. Mit meiner **Energiearbeit** unterstütze ich werdende Mütter bei diesen wichtigen Prozessen. Die Verbindung zum Kind wird gestärkt und intensiviert. Es ist eine Reise zu sich selbst und zur Seele des Kindes. Die Schwangerschaft wird dadurch bewusster erlebt. Darüber hinaus werden alternative Möglichkeiten zur Erleichterung des Geburtsverlaufs vorgestellt. Partner sind jederzeit herzlich willkommen, darüber hinaus findet eine Extra Partner Einheit statt. Das „Frau SEIN“ steht während aller Kursabende besonders im Vordergrund. Werdende Mütter widmen die Zeit sich selbst und für die tiefe Auseinandersetzung mit ihrem Kind.

Der Kurs findet wöchentlich immer mittwochs statt und umfasst 8 Abende zu je ca. 2h.
Beginn: 3. März 2010, 19 Uhr. Gesamtkosten: € 120,- für alle 8 Abende.

Themenschwerpunkte / Highlights:

- ∞ Meditationen und Entspannungstechniken
- ∞ Ängste und Sorgen loslassen
- ∞ Sanfte körperliche Übungen
- ∞ Der Intuition vertrauen lernen
- ∞ Kontaktaufnahme mit der Seele des Babys
- ∞ Chakrenarbeit
- ∞ Alternative Vorschläge zu körperlichen Problemen
- ∞ Die Kraft & Stärke in jeder Frau wieder erwecken
- ∞ Extra Partnereinheit
- ∞ Partner sind jederzeit herzlich willkommen
- ∞ Aufarbeitung von Geburtserlebnissen
- ∞ Einzelbegleitungen jederzeit zusätzlich möglich
- ∞ Kursabend mit einer Hebamme

KOSTENLOSER SCHNUPPERABEND
3.3.2010

Der Kurs findet im Ita Wegman Zentrum im Rosenhof, Sankt Peter Hauptstr. 28, 8042 Graz statt.

Rückmeldungen von Kursteilnehmerinnen und aus Einzelterminen

„Es ist wunderschön, schon vor der Geburt mit dem heran wachsenden Kind Kontakt aufnehmen zu können und an Vertrauen, Stärke und vor allem am Loslassen bei der Geburt hin zu arbeiten“. „Diese ganzheitliche Vorbereitung kann ich jeder Frau empfehlen, da sie viel besser mit Ängsten und mit sich selber besser umgehen lernt“. „Der Intuition (Bauchgefühl) in Übungen vertrauen zu lernen, war auch eine außergewöhnliche Erfahrung“. „Die Partnereinheit war genial!“

„Als besonders hilfreich empfand ich die Geburtsaufbereitung meiner ersten Geburt. Das war ein wunderbares positives Erlebnis, das mir sehr weiter geholfen hat. Durch diese Übung in Meditationsform wurde wirklich einiges gelöst, das mich innerlich noch unbewusst gefangen hielt“. „Ein sehr wichtiges Thema war das Aufarbeiten der persönlichen Ängste. Voller Überraschung sah ich mich mit einem Angstthema konfrontiert, welches ich so noch nie betrachtet hatte. Mir gelang sehr gut eine Auflösung dieses Themas. Ich bin sehr dankbar, dass wir auch diese Thematik durchgenommen haben“.

Leitung, Informationen über weitere Kurse und Anmeldung:

Karin Ausserhofer, Energetikerin, Doula i.A.

T: 0676 33 22 605

k.ausserhofer@gmx.at,