



*Bringe dein Leben
ins Gleichgewicht*



Dich selbst klein zu halten,
dient nicht der Welt. Und
wenn wir unser eigenes
Licht erscheinen lassen,
geben wir unbewusst an-
deren Menschen die Er-
laubnis dasselbe zu tun.

Nelson Mandela (1918-2013)

KINESIOLOGIE

Michaela Sattler

*Was im Leben zählt,
ist nicht nur, dass
wir gelebt haben,
sondern wie wir
gelebt haben!*

KINESIOLOGIE



Michaela Sattler

☎ 0664/ 254 17 54

- Bahnstraße 42
7210 Mattersburg
- Gesundheitszentrum (GHZ)
Eisenstadt
Robert Graf-Platz 2
2. Stock, TOP 13
7000 Eisenstadt



Was ist Kinesiologie?

Kinesiologie ist die Wissenschaft von der Bewegung des Menschen im weitesten Sinn. Der Begriff setzt sich aus den griechischen Wörtern kinesis (Bewegung) und lògia (Lehre) zusammen und meint alle Aktivitäten wie Sport, Kommunikation, Tanz, Lernen, Spiel und Arbeit.

Angewandte Kinesiologie befaßt sich somit mit Muskeln und stellt eine Verbindung zum energetischen System der chinesischen Akupunkturlehre dar.

Kinesiologie verbessert die Kommunikation mit uns selbst, weil wir durch Bewegung alle physischen Funktionen immer wieder aktivieren. Kinesiologische Balancen eignen sich optimal zur Gesundheitssteigerung in allen Lebensbereichen, motivieren den Selbstheilungsreflex des Körpers, verhelfen zu kreativem, koordinierterem und ganzheitlichem Lernen sowie zu einem besseren Umgang mit Stress aller Art.

Die 4 Säulen in der Kinesiologie:

- Das Balancieren der Ebenen
- Die Regulierung im Meridianfluss
- Die Bereitschaft der Muskulatur
- Die Aktivierung der beiden Gehirnhälften

Wie wirkt Kinesiologie?

Kinesiologie ist keine Lehre für sich allein, eher ein Werkzeug, eine Technik, die fast alle Lebensbereiche auf optimale Weise unterstützt und uns dabei hilft unsere Energien ökonomisch und zielgerichtet einzusetzen. Sie muß dazu weder zu einer Lebensaufgabe werden, noch ist sie eine lebenslange Therapieform. Sie kann allerdings zu einer kleinen täglichen Übung werden, die uns genug Energie bringt unseren Alltag stressfrei zu leben und zu genießen.

Entwickelt wurden die Grundlagen der Kinesiologie Anfang der 60er Jahre. Die Kinesiologie ist also eine ziemlich junge Disziplin. Im Laufe der letzten Jahrzehnte wurden aber bereits einige "Schulen" gegründet.

Touch for Health (Gesund durch Berührung) gilt als DIE Basisausbildung der Kinesiologie und ist eine international anerkannte Ausbildung der Kinesiologie. Diese Ausbildung kombiniert die Ideen und Theorien von Körperhaltung und Muskeltesten aus der Chiropraktik mit den östlichen Vorstellungen vom Energiestrom des 'Chi'.

Touch for health ist eine ganzheitliche Methode zur Aktivierung der natürlichen Lebensenergien sowie des körperlichen und seelischen Gleichgewichts. Einfach durch Muskeltest werden Blockade gelöst und die eigenen Selbstheilungskräfte aktiviert.

Wozu? Was bringt das?

Ist der Energiefluß im Körper blockiert, machen sich körperliche Beschwerden, psychische Probleme, Lernschwierigkeiten usw. bemerkbar und unsere Lebensenergie ist geschwächt. Mit Hilfe des Muskeltests werden die Blockaden aufgespürt und die besten Korrekturmöglichkeiten gefunden. Denn über den Muskeltest können wir mit dem Körper direkt kommunizieren.

Die Kinesiologie geht von der Annahme aus, dass der Körper selbst am besten weiß, was ihn stärkt bzw. schwächt.

Durch gezielte Übungen bzw. wirkungsvolle Korrekturen wird die Energie wieder zum Fließen gebracht. Somit wird die Lebensenergie gesteigert und die Freude am täglichen Leben kann sich besser entfalten.

Kinesiologie aktiviert ihre Selbstheilungskräfte und bringt somit Ihren Körper, Geist und Seele wieder in Balance.

