



## Daten

Intensivwoche in Stels, Prättigau :

Samstag, 20. - Freitag, 26. Juli 2019

## Thai Yoga Massage „Advanced“ mit Barbara Burkhardt

Die Thai Yoga Massage – auch Traditionelle Thai Massage genannt, ist eine über 2500 Jahre alte Heilmassage, deren Wurzeln im Yoga, Ayurveda und Buddhismus liegen. Thai Yoga Massage ist eine ganzheitliche, spirituell orientierte Körperarbeit, die alle Schichten unseres Seins berührt und ausbalanciert.

Mit rhythmischem, achtsamem Druck arbeiten wir mit Händen, Daumen, Unterarmen, Knien und Füßen entlang der Energielinien und auf spezifischen Akkupressurpunkten. Mit behutsamem, gezieltem Einsatz unseres Körpergewichts, mit Dehnungen, Gelenkmobilisierung und rhythmischen, kreisenden und schaukelnden Bewegungen wird das ganze System ins Schwingen und Fliesen gebracht.

Thai Yoga Massage ( TYM ) ist eine meditative Körperarbeit. Von Aussen betrachtet sieht sie wie ein Tanz im Raum aus. Sie wirkt wie sanfte Medizin. Sie löst Blockaden, entspannt das Nervensystem, Körper, Seele und Geist und aktiviert so die Selbstheilungskräfte.

Unsere innere Haltung ist in der TYM zentral. Diese wunderbare Heilmassage ist durchdrungen von einer ruhigen, meditativen Haltung, liebevoller Güte (Metta) und Mitgefühl (Karuna). Sie bewegt und berührt nicht nur unseren grobstofflichen Körper, sondern auch den Energiekörper und die noch feineren Ebenen des Menschen.

## Über die Weiterbildung

Die 6 - tägige Weiterbildung soll Spass machen und neue Ebenen der Körper- und Energiearbeit für Dich öffnen. Der Kurs setzt Kenntnisse von den Grundtechniken in der Thai Yoga Massage ( Rücken - Bauch - und Seitenlage ) voraus.

### **Kursinhalt:**

- Arbeit mit reziproker Spannung (RT)
- Arbeit mit Faszien
- Baucharbeit
- weiterführende Techniken in der Seitenlage

Diese Intensivwoche vermittelt dir auch ein vertieftes Verständnis der theoretischen Aspekte der Thai Yoga Massage. Nach dem Kurs wirst du mehr und mehr fähig sein, deine Massage spezifischer und gezielter werden zu lassen.

Da TYM eine spirituelle Praxis und Heilmassage ist, geht es in dieser Weiterbildung nicht nur um die Techniken. Sie legt besonderen Wert auf die Kunst der Berührung und dem Kultivieren einer inneren Haltung, mit der Du beim Behandeln unterwegs bist; entspannte Achtsamkeit, Arbeit mit dem Atem sowie verfeinertes Wahrnehmen deines Gegenübers und deiner selbst.

Dieser Kurs richtet sich an alle Menschen, die mit Yoga und/oder Körperarbeit vertraut sind und diese fernöstliche Heiltechnik der achtsam tanzenden Berührung an andere weitergeben möchten.

**Kursvoraussetzung:** Kenntnisse der Grundtechniken

**If you touch one thing with deep awareness, you touch everything“**

**Thich Nhat Hanh**

## Über Barbara Burkhardt

Barbara Burkhardt arbeitet als Yogalehrerin, Body / Mind Heilerin und Psychotherapeutin. Seit 40 Jahren setzt sie sich intensiv mit fernöstlichen Heiltechniken und ganzheitlichen Methoden der Bewusstseinschulung auseinander. In vielen Reisen in asiatische Länder hat sie diese alten Traditionen bei verschiedenen Meistern erlernt.

Barbara hat eine Praxis als Heilerin/Psychotherapeutin und unterrichtet Yoga und Meditation in ihren eigenen Kursen und Workshops. Daneben arbeitet sie als Dozentin für Yoga, Prozessbegleitung und Meditation an der Lotos Ausbildungsschule in Basel und Zürich sowie als Gastdozentin in verschiedenen Yogaschulen Europa's.

Thai Yoga Massage hat Barbara vor 25 Jahren kennengelernt und ist seither von dieser wirkungsvollen Heilmassage fasziniert. Laufend bildet sie sich in dieser Kunst bei international bekannten Thai Yogamassage Therapeutinnen weiter.

## Kursprogramm:

### Anreisetag Samstag 20. Juli 2019

Einchecken von 12.00 – 14.00 Uhr  
15.00 – 18.00 Thai Yoga Massage  
18.00 – 19.00 3 Gang Nachtessen

### Kursprogramm Sonntag 21. Juli – Donnerstag 25. Juli 2019

08.00 – 09.00 Centering Down  
09.00 – 10.00 Frühstück  
10.00 – 13.00 Thai Yoga Massage  
13.00 – 15.00 Mittagspause (mit Suppe und Brot)

15.00 – 18.00 Thai Yoga Massage  
18.00 – 19.00 3 Gang Nachtessen  
20.15 – 21.15 Practice, practice, practice

### Abreisetag Freitag 26. Juli 2019

08.00 – 09.00 Centering Down  
09.00 – 10.30 Frühstück inkl. Zimmer räumen  
10.30 – 13.30 Thai Yoga Massage  
Ab 14.00 Individuelle Abreise (Lunchpaket)

Kursort: Hof de Planis, 7226 in Stels/Schiers

## Kurskosten:

**CHF 700.–** (für alle 6 Tage)

**Anzahlung:** CHF 200.–

Um Deinen Platz zu sichern, bitten wir um eine Anzahlung von CHF 200.– zusammen mit Deiner schriftlichen Anmeldung. Die Anzahlung wird auf dem Gesamtbetrag des Kurses angerechnet werden.

**Kurszahlung:** CHF 500.–

Die Zahlung des restlichen Kursgeldes von Fr. 500.– hat bis **Ende März 2019** auf folgendes Postkonto zu erfolgen:

Zitlos Dein Raum  
CH32 0900 0000 6139 1470 4  
„TYM Advanced 2019“

### Annulationsgebühr:

Bei Annulation bis 3 Monate vor Kursbeginn:	30 % der gesamten Kurskosten
Bei Annulation bis 2 Monate vor Kursbeginn:	50 % der gesamten Kurskosten
Bei Annulation weniger als 2 Monate:	100 % der gesamten Kurskosten

# Thai Yoga Massage – Advanced 2019



**Eine private Reiserücktrittversicherung wird empfohlen.**

Unsere Gastgeber im Prättigau:

**Stels:** Hof de Planis  
in 7226 Stels/Schiers

Doppelzimmer mit Lavabo à CHF 113.00

Einzelzimmer mit Lavabo à CHF 133.00

Doppelzimmer mit WC/Dusche à CHF 136.00

Einzelzimmer mit WC/Dusche à CHF 156.00

*\*Die Preisangaben verstehen sich pro Person/Tag.*

In diesem Preis enthalten sind:

- Vollpension (regionale, vegetarische Küche)
- Tagsüber Tee und Früchte zur freien Verfügung

Die gewünschte Zimmerkategorie ist direkt durch den Teilnehmer frühzeitig zu reserviert.

Die Unterbringungskosten werden vor Ort beglichen.

[info@hofdeplanis.ch](mailto:info@hofdeplanis.ch) - 0041 (0) 81 328 11 49 - [www.hofdeplanis.ch](http://www.hofdeplanis.ch)

