

## Touch for Health - Kurse

Touch for Health (TfH) ist eine ganzheitliche, sanfte Methode zur Unterstützung von Gesundheit und Wohlbefinden.

Touch for Health vereint fernöstliches Erfahrungswissen und moderne westliche Medizin. Es verbindet Erkenntnisse aus Akupressur, Meridianlehre, Chiropraktik, Ernährungs- und Bewegungslehre. TfH dient der Gesunderhaltung auf allen Ebenen. Selbstheilungskräfte werden aktiviert und der Heilungsprozess bei Krankheiten und Verletzungen kann unterstützt werden. Die Körperenergie wird in Schwingung gebracht. Als Biofeedback wird der Muskeltest eingesetzt, Arbeitsinstrument sind die Hände.

### TfH I-Kurs / Kinesiologie I-Kurs

Der TfH I-Kurs ist ein idealer Kurs, um die Grundlagen der Kinesiologie, den Muskeltest, Übungen und Abläufe kennen zu lernen und neue Energie und Motivation zu erlangen. Das Erlernte kann sofort für sich, in Familie, Alltag, Beruf, Schule und Freizeit angewendet werden.

Themen sind:

\* Kennenlernen des Muskeltests und der 14 Organfunktionskreise mit Stärkungsmöglichkeiten \* Verminderung von Stress, Verspannungen und Schmerz \* Aktivierung des ganzen Körpers, speziell von Augen und Ohren \* Wirkung von Wasser und Nahrungsmitteln erfahren \* sich ins Gleichgewicht bringen durch Übungen und Abläufe \*

Kursdauer: 15 Stunden  
Kosten: Fr. 340.-, inkl. Kursmanual und Zertifikat des IKC  
Kursdaten: auf Anfrage  
Voraussetzung: keine  
Auskunft und Anmeldung: 077 523 57 37 oder r.klee@integr-kinesiologie.ch

### TfH II-Kurs / Kinesiologie II-Kurs

Der TfH II-Kurs vertieft das Gelernte aus dem TfH I-Kurs und vermittelt weitere Techniken und neues Wissen. Sie lernen die Fünf Chinesischen Elemente kennen und über die Farben zu balancieren. Über- und Unterenergie auf der Meridianebene sind ein weiterer Schwerpunkt. Themen sind:

\* Die Fünf Chinesischen Elemente, Meridianuhr, Yin/Yang-Prinzip \* Ein-Punkt-Balance: Erkennen und Balancieren von Energiestaus / Über- und Unterenergien \* Stärkung der Rücken- und Schultermuskulatur / Haltung \* Farbenbalance: Steigerung des Wohlbefindens mit Farben \* Vorbereitung auf bevorstehende Ereignisse \* Tageszeitbalance \*

Kursdauer: 15 Stunden  
Kosten: Fr. 340.-, inkl. Kursmanual und Zertifikat des IKC  
Kursdaten: auf Anfrage  
Voraussetzung: TfH I-Kurs  
Auskunft und Anmeldung: 077 523 57 37 oder r.klee@integr-kinesiologie.ch

### TfH III-Kurs / Kinesiologie III-Kurs

Im TfH III-Kurs geht es um das Zusammenspiel der verschiedenen Muskeln für eine verbesserte Körperhaltung und mehr Energie. Mit der Tibetanischen Acht lernen Sie eine Balance zur Entspannung kennen. Themen sind:

\* Tibetanische Acht \* Pulstest / beruhigende Akupressur-Haltepunkte \* Dynamik des Gehens / Schritt-Test \* Finden einer entspannten, dynamischen Körperhaltung \* Auflösen schmerzverursachender Muskelbeziehungen / reaktive Muskeln \* Stressreduktion Vergangenheit \* Tonbalance \*

Kursdauer: 15 Stunden  
Kosten: Fr. 340.-, inkl. Kursmanual und Zertifikat des IKC  
Kursdaten: auf Anfrage  
Voraussetzung: TfH II-Kurs  
Auskunft und Anmeldung: 077 523 57 37 oder r.klee@integr-kinesiologie.ch