

ChronoEnergetics BasisSeminar zum HRV-Coach

ChronoEnergyScreen - Die Weisheit des Herzens Das Instrument zur Stress- und BurnOut- Vorbeugung und zur Persönlichkeitsentwicklung

Zielsetzung

Wir lernen die im Herzschlag versteckten Codes zur Entschlüsselung unserer Persönlichkeit und unseres momentanen Zustandes kennen. Außerdem finden wir wirksame Lösungen für uns und unsere KlientInnen, über den eigenen Lebensstil Gesundheit und Wohlbefinden zu verbessern.

Dieses Seminar ist das BasicsSeminar zur/m ChronoEnergeticsCoach, aber es ist auch offen für alle Personen, die sich persönlich weiterbilden wollen, gleichgültig aus welchen Wurzelberufen sie kommen.

Moderation: Dr. Kascha Brigitte Lippert

Termin 22. und 23. März 2014

9.00 bis 18.00 Uhr und 9.00 bis 17.00 Uhr

Raum Wien, 2240 Reisenberg, im „**Centru-M-ensch**“, Promenade 4

Preis: € 480.- (inkl. 20% MWSt)

Teilnehmerzahl beschränkt. Die Plätze werden in der Reihenfolge der Einzahlung des Seminarbeitrages vergeben.

Anmeldungen und Infos: office@chronoenergetics.com

Vorbereitung: Organisiere dich mit deinem HRV-Coach so, dass du vorgängig zum Seminar eine persönliche HRV-Messung aufzeichnen kannst. Sie wird dann im Seminar mit dir besprochen.

Kurzer Auszug aus dem Inhalt des Seminars

Die Weisheit des Herzens mit all seinen Ausdrucksformen.

Exzellente Leistungen jeden Tag und in jeder Situation –
Für alle, die HRV und Herzkohärenz verstehen und leben.

Herzkohärenz – Warum man im Kampf nicht mehr denken kann.
Herzkohärenz – Wie manchen Menschen einfach alles gelingt,
und wie man dieses Prinzip für sich nutzen kann.

Was ist ein „Offenes Herz“? Und was nützt uns das?

Wie werden die Herzschläge in ein buntes Bild verwandelt?
Wo sehe ich was im Bild? Frequenzen und ihre Geheimnisse.

Was sind Rhythmen und warum sehen wir das in der Abbildung?

Was heisst: „Aus dem Rhythmus fallen“?
Wo, wie und wie oft setze ich Rhythmusgeber ein,
und wo nehme ich Energiefresser weg?
Wieso erkennen wir Stress? Wo ist denn dann die Grenze zum BurnOut?

Was ist schon normal? Oder: Anders als die Norm, gut oder schlecht?

Macht DEEEER Sport Sinn?
Wann darf ich jemanden nicht zum Sport schicken?
Wenn nicht, was/wann dann?

Kann es sein, dass eine lebensgefährliche Erkrankung im Bild entdeckt wird?

Wie erkennen wir, dass im Privatleben etwas schief läuft?
Könnte ein „geschlossenes Herz“ so tatsächlich sichtbar werden?

Wer schläft denn eigentlich gut?
Warum muss man/frau mehr schlafen?

Sind die schlechten Ergebnisse Schicksal oder kann man das verändern?
Oder: Wir sind nicht genetisch determiniert, was soll denn das heißen?!

Wir können durch unseren Lebensstil unsere Gene verändern, wie bitte?

Kann ich mir bewußt machen, wie mein Nervensystem auf Stress reagiert?

Und welche Rolle spielt unsere Ernährung dabei? Sieht man da auch etwas im Bild?

Das Biologische Alter - oft falsch verstanden.

Wie erkläre ich meinen KlientInnen, wenn sie um Jahre gealtert sind, dass noch Hoffnung besteht, wieder biologisch jünger zu werden?

Wozu brauchen wir dieses Wissen im Coachingbereich?

Kann ich die individuelle Erhaltung der Arbeitskraft (körperliche und mentale Fitness) in Betrieben (Betriebliche Gesundheitsförderung) mit der HRV Analyse fördern?

Wie setze ich dieses Wissen im Betrieblichen Gesundheitsmanagement ein?

Welche empfehlenswerten Interventionen auf Basis der Auswertungen im Rahmen des Coachings haben wir?

Vorschläge und Empfehlungen zum Wecken von Aufmerksamkeit und Bewußtheit zur Gesunderhaltung und Krankheitsvorsorge.

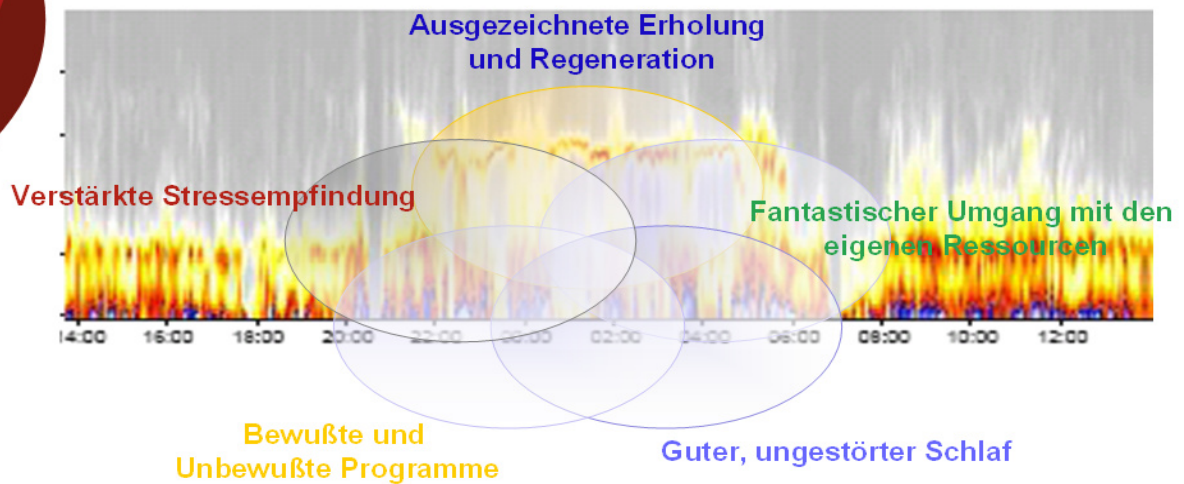
Allfällige Programmänderungen vorbehalten.

Für dieses Grundseminar ist keine Abschlussprüfung vorgesehen, da es Teil einer Serie aufbauender Seminare ist.

Jede/r TeilnehmerIn erhält nach erfolgreich abgeschlossener Seminareinheit eine schriftliche Teilnahmebestätigung.



ChronoEnergyScreening



24 Stunden EKG nach Umrechnung der RR Abstände des EKGs mittels spezieller Software in den Frequenzbereich übersetzt und anschließender Chronoenergetics Analyse

created by chronoenergetics, 2008

