

Schnarcherbalance | 10 FP



Ist Schnarchen eine Krankheit?

Sicherlich hat jeder schon einmal einen schnarchenden Menschen gehört, diese störenden Geräusche in der Nacht, die den Schlaf unterbrechen oder andere, ruhesuchende Menschen gänzlich am Ein- oder Durchschlafen hindern. Vielleicht haben Sie das auf dem Zeltplatz, im Mehrbettzimmer in der Jugendherberge, auf den Hütten in den Alpen oder sogar im eigenen Schlafzimmer erlebt. Manchmal dringen die Schnarchgeräusche sogar durch die Wand in der Wohnung bzw. im Reihenhaus.....

Bei vielen schnarchenden Menschen und den Menschen in ihrem Umfeld entsteht ein großer Leidensdruck.

Ist Schnarchen ein Problem in Ihrer Beziehung?

Schlafen Sie schon in getrennten Schlafzimmern? Vielen Menschen ist es unangenehm darüber zu reden und die meisten glauben, dass sie es nicht ändern können. Ich bin jedoch der Meinung, dass jeder Mensch daran selbst etwas ändern kann. In diesem Seminar erlernen Sie eine Methode, wie Sie die Schnarchproblematik lindern können, die Sie bei sich selbst und andern Menschen anwenden können. Sie beinhaltet das energetische Arbeiten rund um Gaumensegel, Zungengrund, Zungenbein und vordere Halsmuskulatur. Weitere Seminarinhalte sind die therapeutischen Behandlungen im Sitzen und im Liegen.

Themen des Kurses:

- kinesiologisch und energetisch arbeiten an Gefühlen
- kinesiologisch und energetisch arbeiten an Lebensumständen
- energetische Entspannungsmethode
- Ziel: Änderung des Schlafverhaltens

Leitung	Josef Stotten Heilpraktiker, Instruktor IKC (International Kinesiology College)
Kursgebühr	300,00 € inkl. Tape-Material
Beginn	29.11.2026
Ende	29.11.2026
Kurszeiten	So. 29.11., 10:00 - 18:00 Uhr
Kursort	Martin-Luther-Straße 69, 71636 Ludwigsburg
Zielgruppe	Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Masseure, Heilpraktiker
Fortbildungspunkte	10