



I-EIKO Kinesiologie- /Kinetikschule
Spiegelstrasse 20, CH-3095 Spiegel bei
Bern
031 972 91 52 / 079 286 09 66
E-mail: kineiko@bluewin.ch

Informationen zu den Kursen I-EIKO Kinesiologie / Kinetik

Die ganze Ausbildung I-EIKO Kinesiologie / Kinetik ist im Baukastensystem (Module) aufgebaut. Die Module 1 und 2 stehen allen Interessierten offen, ohne dass sie sich für die Gesamt-Ausbildung verpflichten müssen. Durch das Baukastensystem können die unterschiedlichen Lehrgänge individuell über eine kürzere oder längere Ausbildungszeit hin verteilt werden.

Modul 1a 3 Tage Std. Total 24	I-EIKO Kinetik Selbsthilfekurs → Kursbestätigung und Besuchsattest im Bildungspass
Modul 1b	I-EIKO Kinetik Selbsthilfe Erfahrungsgruppen → Besuchsattest im Bildungspass

Zum Modul 1a I-EIKO Kinetik Selbsthilfekurs

Möchten Sie...

- Stress abbauen, Unausgewogenheiten ausgleichen?
- Sich von Tag zu Tag ausreichend erholen und aufbauen?
- Frühzeitig dem Ausbrennen (Burn-out) entgegen wirken?
- Sich konzentrieren können und lernfähig sein und bleiben?
- Ihre persönlichen Fertigkeiten gezielt verbessern?
- Bei sich selber etwas verändern und / oder sich selber neue Ziele setzen?
- Sich selber neuen Herausforderungen stellen?
- Ihren chronischen Beschwerden entgegenwirken?

... dann können Sie an einem **dreitägigen Selbsthilfekurs** konkrete, Energie ausgleichende Massnahmen für Ihre individuelle Lebens-Situation erlernen und Ihre ganz persönlichen Erlebnisse verarbeiten.

Theoretische Kenntnisse erarbeiten:

- Gesund sein – krank sein
- Positive und ungünstige Formen der Aktivität
- Schmerzen, Schlafprobleme, Unwohlbefinden: Alarmzeichen für Veränderungsbedarf
- Anwendung, Möglichkeiten, Grenzen des kinetischen Muskelselbsttests

Praktische Anwendungen einüben:

- Die eigene Energielage erkennen und definieren
- Eigene Ziele setzen, energetisch überprüfen und mit Erfolg angehen
- Bei Störungen und Stress im Alltag Energie selber ausgleichen

Kosten

CHF 660.- inklusive Buch)

CHF 630.- Lehrlinge und Studenten

Kursdaten erhalten Sie unter Telefon +41 31 972 91 52 jeweils 8.00 – 12.00 und 13.00 – 17.00 Uhr
Ort: Spiegel bei Bern (zu Fuss 3 Minuten von der 19er-Bushaltestelle Blinzern entfernt)

Schulleitung: Gertrud Meili

www.i-eiko.ch



I-EIKO Kinesiologie- /Kinetikschule
Spiegelstrasse 20, CH-3095 Spiegel bei
Bern
031 972 91 52 / 079 286 09 66
E-mail: kineiko@bluewin.ch

Zum Modul 1b I-EIKO Kinetik Selbsthilfe Erfahrungsgruppen :

AbsolventInnen des I-EIKO Kinetik Selbsthilfekurses können die theoretischen Kenntnisse und die praktischen Anwendungen in I-EIKO Kinetik Selbsthilfe-Erfahrungsgruppen vertiefen.

Kosten

CHF 120.- (inkl. Gesundheitsberatung)

Kursdaten erhalten Sie unter Telefon **+41 31 972 91 52** jeweils 8.00 – 12.00 und 13.00 – 17.00 Uhr
Ort: Spiegel bei Bern (zu Fuss 3 Minuten von der 19er-Bushaltestelle Blinzern entfernt)

Modul 2 Block 1 a + b 5 Tage 1 x 3-Tage-Block à 23 Std. und 1 x 2-Tage-Block à 15 Std. Total 38 Std. Nach Vereinbarung in Gruppen oder im Einzelunterricht	I-EIKO Kinesiologie / Kinetik Ersthilfekurs für Fortgeschrittene → Kursbestätigung und Besuchsattest im Bildungspass Schwerpunkt / Inhalte: Energetischer Ausgleich im privaten Umfeld bzw. als komplementär-therapeutischer Zusatz
---	--

Zum Modul 2:

Ziel dieses Moduls ist es, bei leichteren Störungen Energien ausgleichen zu können bei Personen aus dem privaten Umfeld

Voraussetzung ist der I-EIKO Kinetik Selbsthilfekurs

Kosten

CHF 1'000.-- für 5 Tage

CHF 1'200.-- für I-EIKO Therapiematerial

Kursdaten erhalten Sie unter Telefon **+41 31 972 91 52** jeweils 8.00 – 12.00 und 13.00 – 17.00 Uhr
Ort: Spiegel bei Bern (zu Fuss 3 Minuten von der 19er-Bushaltestelle Blinzern entfernt)

Gratis-Schnuppertag

Nach Vereinbarung

Während eines Gratis-Schnuppertages erhalten Sie individuell oder auch in Gruppen einen Einblick in einen Kurstag der professionellen I-EIKO Kinesiologie- / Kinetik-Ausbildung.

Die Anreise- und Verpflegungsspesen sind in diesem Angebot nicht inbegriffen.