

Zeit

nur für Dich ...



Es werden keine Therapien oder medizinische Behandlungen durchgeführt - dies ist Aufgabe psychologischer oder medizinischer Fachkräfte.

**Verschenken Sie
Entspannung & Wohlbefinden
mit unseren Gutscheinen
z.B. für eine wohltuende
Touch for Health Balance**



**Studio
Simone Brandt**

Grüner Weg 12
52249 Eschweiler
Tel.: 02403/ 24660
www.studiobrandt.de
studiobrandt@gmx.de



Simone Brandt

*Sport- u. Diplompädagogin, Rückenschul - Lehrerin
(Forum Gesunder Rücken), NLP Master (DVNLP),
Ganzheitliche Beratung (Kinesiologie/ Touch for
Health), Kursleiterin Progressive Muskelentspannung
(AHAB Akademie)*

- **Stressbewältigung - Angstbewältigung -**
- **Schmerzlinderung - Konzentrationssteigerung -**
- **Hilfe bei Schlafstörungen - Entspannungshilfen -**
- **Aktivierung der Selbstheilungskräfte -**

oder einfach nur:

- **Wohlfühlen - Entspannen -**
- **Loslassen - genießen -**

Bei der Einzelberatung gehe ich individuell auf Sie ein.

Neben vielen bekannten Entspannungstechniken biete ich harmonisierende **Touch for Health Balancen** an und arbeite mit der **M.E.T. Technik**.

Touch for Health

Touch for Health ist sehr effektiv darin, Stress abzubauen und körpereigene Energien zu aktivieren. Als ganzheitliche Selbsthilfemethode zur Gesundheitsvorsorge macht sie sich die Erkenntnisse der **Kinesiologie** zunutze, um Blockaden im körpereigenen Energiesystem aufzuspüren. Falls nötig werden die Energien durch die sanfte Aktivierung unterschiedlicher Reflexpunkte und durch Stresslösetechniken wieder ausgeglichen.

Eine **Touch for Health Balance** dauert ca. 90 Min., ist völlig schmerzfrei und hat direkt entspannende Wirkung

Bitte warme Socken und bequeme Kleidung mitbringen.

M.E.T. (Meridian-Energie-Technik)

“ Klopfen Sie sich frei “

Es ist möglich, durch Beklopfen der Meridian-Energiepunkte den Energiefluss so anzuregen, dass körperliche Schmerzen, Verhaltensmuster oder Einstellungen, die uns hindern oder schädigen, aufgelöst werden.

Die Meridian-Energie-Therapie (M.E.T.) beruht auf der 5000 Jahre alten Heilmethode der Akupunktur, jedoch ohne Nadeln.

Positive Energien: Es gibt zahlreiche Anlässe, diese Methode anzuwenden. Das Spektrum reicht von Flugangst über Schlafstörungen bis hin zur Raucherentwöhnung.

Bringen Sie warme Kleidung und ca. 60 Min. Ihrer Zeit mit.