



**KaPoKeStra**

**BewusstseinsCoaching & Energiearbeit**  
**Karin Popp & Kerstin Strauß**



Linder Straße 12  
90513 Zirndorf  
Telefon: 0911 / 60046825  
E-Mail: [kontakt@kapokestra.de](mailto:kontakt@kapokestra.de)  
Internet: [www.kapokestra.de](http://www.kapokestra.de)

**SEMINARE ZUR  
SPIRITUELLEN ENTWICKLUNG**

**Kursprogramm:**

**Januar bis April 2024**

Es gelten unsere AGB's

Wir bieten eine Vielzahl an Seminaren und Workshops sowie Einzel- oder Gruppencoachings für Privat- und Geschäftspersonen und energetische Behandlungssitzungen an. Informationen hierzu stehen als pdf. unter [www.kapokestra.de](http://www.kapokestra.de) unter der Rubrik **AUSBILDUNGEN & BEHANDLUNGEN** zur Verfügung. Individuelle Termingestaltung nach Absprache.

## Offener Meditationskreis

jeweils ab 19:00 h je 24,- €

- Kurs Nr. 1 Mi., 10.01.2024
- Kurs Nr. 2 Do., 25.01.2024
- Kurs Nr. 3 Mi., 07.02.2024
- Kurs Nr. 4 Do., 22.02.2024
- Kurs Nr. 5 Mi., 06.03.2024
- Kurs Nr. 6 Mi., 20.03.2024
- Kurs Nr. 7 Mi., 03.04.2024
- Kurs Nr. 8 Do., 18.04.2024

## Offener Reiki-Abend

für Neugierige und „alte Reiki-Hasen“  
jeweils ab 19:00 h je 24,- €

- Kurs Nr. 9 Do., 18.01.2024
- Kurs Nr. 10 Do., 15.02.2024
- Kurs Nr. 11 Do., 14.03.2024
- Kurs Nr. 12 Do., 11.04.2024

**Kurs Nr. 13 Kinesiologie Übungsabend** für Teilnehmer der Workshops I - II und Interessierte  
Fr., 12.01.2024 18:00 h bis 20:00 h  
je 40,- €

**Kurs Nr. 14 Kinesiologie Übungsabend** für Teilnehmer der Workshops I - II und Interessierte  
Di., 09.04.2024 18:00 h bis 20:00 h  
je 40,- €

## Workshops

**Kurs Nr. 15 Basisseminar Kinesiologie I - Eingeschlossene Emotionen aufspüren und lösen**  
Sa/So., 03./ 04.02.2024 jeweils 10:00 h bis 16:00 Uhr  
Seminargebühren 350,- €

**Kurs Nr. 16 Kinesiologie II - Herzmauer Blockaden aufspüren und lösen**  
Sa., 02.03.2024 10:00 h bis 17:00 Uhr  
Seminargebühren 220,- €  
Voraussetzung zur Teilnahme an diesem Workshop ist das Basisseminar Kinesiologie I.

**Kurs Nr. 17 EMDR Masterclass Workshop**  
(Eye Movement Desensitization and Reprocessing)  
Sa/So., 13./ 14.04.2024 jeweils 10:00 h bis 16:00 Uhr  
und  
Sa/So., 27./ 28.04.2024 jeweils 10:00 h bis 16:00 Uhr  
Seminargebühren 1.200,- €

### Aurachirurgie – Einzelbehandlung 60 Min.

Termine nach Vereinbarung 120,- €

### EMDR – Einzelbehandlung 60 Min.

Termine nach Vereinbarung 120,- €

### Hypnose – Einzelbehandlung 60 Min.

Termine nach Vereinbarung 120,- €

**Offener Meditationskreis** Gerade in Zeiten der raschen Veränderungen ist es wichtig, dass wir immer wieder in die Stille einkehren, zur Ruhe kommen und Kraft schöpfen. Die Meditation ist ein bewährtes Mittel, um sorgenvolle Gedanken auszublenden und ein Gefühl von innerer Ruhe und Frieden zu erfahren. Quer durch den reich gedeckten Tisch der Meditationen und ihren Themenbereichen, tauchen wir ein in unsere innere Welt der Bilder.

### **Offener Reiki-Abend – für Neugierige und „alte Reiki-Hasen“**

In der Gruppe erfahren wir die Handhabung der heilenden Energien des Reiki-Systems unter Anwendung verschiedener Reiki-Techniken und Zielinhalte.

(u.a. Byosen)

**Die Byosen-Methode, das japanische Reiki** Byosen ist die Frequenz, die von einem angespannten, verletzten oder kranken Körperteil ausgeht, weil durch die Ansammlungen von Giftstoffen die Blut- und Lymphbahnen im Körper negativ beeinträchtigt werden. Der Byosen ist die Heilreaktion des Körpers auf das Einfließen der Reiki-Energie. Byosen ist Heilung durch Wahrnehmung.

### **Kinesiologie Übungsabend zur Lösung eingeschlossener Emotionen für Teilnehmer der Workshops I - II und interessierte Seelen**

An diesem Übungsabend vertiefen wir die in Kinesiologie I+II gelernten Inhalte. Willkommen sind zu diesem Übungsabend natürlich die Teilnehmer beider Workshops sowie interessierte Seelen, die bereit sind eingeschlossene Emotionen loszulassen und sich zu Übungszwecken (unter unserer Aufsicht) den von uns bereits ausgebildeten Teilnehmern zur Verfügung zu stellen.

### **Kinesiologie I - eingeschlossene Emotionen aufspüren und lösen**

In diesem umfassenden Workshop erfährst und lernst du, was Kinesiologie ist, wie man sie anwendet und wie sie wirkt.

In unserem Unterbewusstsein hängen gespeicherte Emotionen fest, die unser Leben beeinflussen. Durch kinesiologische Testung erfahren wir, wo unsere Blockaden sitzen, welche Emotionen sie tragen und lösen diese durch Energie-Impulse über das Lenkergefäß auf. Lasst euch überraschen über die Vielseitigkeit der Einsatzmöglichkeiten der kinesiologischen Testung.

### **Kinesiologie II - Die Herzmauer**

93% aller Menschen haben eine Herzmauer, gebaut aus geerbten und erworbenen eingeschlossenen Emotionen. In diesem umfassenden weiterführenden Workshop erfährst und lernst du, was eine Herzmauer ist, wie man sie erkennt und wie sie effektiv mit ihren darunterliegenden, eingeschlossenen Emotionen Auflösung findet.

### **EMDR Eye Movement Desensitization and Reprocessing**

Genutzt wird EMDR vor allem zur Behandlung von Traumata und anderen schmerzlichen Erinnerungen, bei Problemlösungen und den vielfältigen Symptomen und Störungen, die dadurch ausgelöst werden können.

Umfangreiche Möglichkeiten des Einsatzes von EMDR zeigen sich im Coaching und ist auch zur Selbstanwendung bestens geeignet. Auch die Zielsetzung zur Rauchentwöhnung und Gewichtsreduktion kann maßgeblich durch EMDR beeinflusst werden.

EMDR nutzt die bilaterale Stimulation (Augenbewegungen, kinästhetische oder auditive Hilfen), um das Selbstheilungssystem des Gehirns zu aktivieren und eine Verarbeitung der belastenden Erinnerung zu ermöglichen. In Studien wurde nachgewiesen, dass durch EMDR die Blockaden im Gehirn aufgelöst und die fehlgespeicherten Informationen verarbeitet werden.

Nach einer erfolgreichen EMDR-Sitzung erleben die Klienten eine entlastende Veränderung der Erinnerung, die körperlichen Symptome nehmen ab und negative Gedanken können neu und positiver umformuliert werden, negative Gefühle werden neutralisiert bzw. verbessert.

EMDR lässt sich hervorragend mit anderen Therapieformen kombinieren und unterstützt die Verarbeitungsprozesse im Gehirn und im Körper.