



KARIN ELISA SCHMID

COACHING FÜR MENSCH & TIER

FELDENKRAIS | BOWEN | KIEFER RESET | MIND & BODY CONTROL
Achtsamkeits-Schulung | ADHS | Allergien | Aktivierung der Selbstheilungskräfte | Angst- & Panikattacken | Atembeschwerden | Belastende Lebensumstände & Übergänge | Beweglichkeit | CMD Folgesymptome | Depression | Energetische Blockaden | Entspannung | Fersensporn | Gang- & Haltungsprobleme | Gelenk- & Rückenbeschwerden | HSP | Karpaltunnelsyndrom | Kiefer- & Zahnbeschwerden | Kopfschmerzen, Migräne & Schwindel | Konzentrationsstörungen | Muskelverspannungen | Nachsorge nach Krankheit, Operation & Unfall | Nervosität & Stress | Persönlichkeits-Entwicklung | Selbstsicherheit | Tinnitus | Traumata | Verspannungen & Zerrungen | Neues Wohlbefinden

Die **BOWEN TECHNIK**® ist eine sanfte körperorientierte Methode welche mittels gezielten Finger-Griffen Impulse an bestimmten Punkte des Körpers (Muskeln, Sehnen, Bänder, Faszien) setzt. Dabei wird die Muskulatur gelockert, der Blut- und Lymphfluss wird verbessert und die optimale Funktion der Organe wird unterstützt; der Körper kann dadurch wieder ins Gleichgewicht kommen, was seine Selbstheilungskräfte anregt und unterstützt.

Schon einzelne BOWEN Griffe können sehr positive Effekte auslösen; die volle Wirkung wird jedoch durch die Anwendung mehrerer Griffserien erreicht. „Weniger ist mehr“ ist ein wichtiger Grundsatz von BOWEN. Je grösser das gesundheitliche Problem, desto weniger Impulse werden gesetzt, nach dem gleichlautenden Prinzip, der Homöopathie, dadurch kann der Körper seine gesamten Ressourcen gezielt auf wenige Bereiche lenken und dort mehr bewirken.

Dass BOWEN hilft, belegen viele euphorische Berichte von Klienten, Ärzten und Therapeuten. Wie BOWEN hingegen wirkt, darüber bestehen mehrere Thesen. Der Begründer Tom Bowen war der Überzeugung, dass körperliche Funktionsblockaden aus Störungen im Gewebe resultieren, sodass die universelle Lebensenergie nicht frei fließen kann. BOWEN Griffe führen zu erstaunlichen Ergebnissen, sie können sowohl körperliche Symptome als auch emotionale und geistige Belange der betroffenen Person lösen. Für den Erfolg von BOWEN ist die Erkenntnis wesentlich, den Körper als eine komplexe Einheit anzusehen, die vom Gleichgewicht aller Aspekte abhängt.

Begründet wurde die inzwischen weltweit erfolgreich angewandte BOWEN TECHNIK in den 1950ern vom Australier Tom Bowen.

Eine BOWEN Sitzung dauert ca. 45 – 60 Minuten.



KARIN ELISA SCHMID

COACHING FÜR MENSCH & TIER

FELDENKRAIS | BOWEN | KIEFER RESTET | MIND & BODY CONTROL

Praxisräume Leimenstrasse 45 | CH-4051 Basel

Tel. +41 (0)79 704 49 79

karinelisaschmid@bluewin.ch | www.karinelisaschmid.ch