



A N D R E A K L E N K
KINESIOLOGISCHE BEGLEITUNG



MEINE ANWENDUNGSMETHODEN

Health Kinesiologie (HK)

- Stress- und Krisenmanagement
- Begleitung, Beratung, Coaching, Entspannung

BrainGym

- Steigerung der Lernfähigkeit
- Verbesserung der Konzentration und Gehirnleistung

Transformationskinesiologie (TK)

- Transformation hemmender Glaubenssätze und automatischer Reaktionen
- Zielfindung und Vision
- Bewusstsein erwecken und erweitern

R.E.S.E.T.

- Tiefenentspannung durch Balancierung der Kiefermuskulatur und des Kiefergelenks
- Stressabbau und Lösung von Verspannungen im Körper

Entspannung und Vitalität durch Kinesiologie (EVK)

- Gruppenkurse und Workshops für Erwachsene und Kinder
- Leichter lernen mit Kinesiologie
- Geführte Meditationen

ANDREA KLENK

Begleitende Kinesiologin (DGAK)
Kinesiologische Entspannungstrainerin
Dipl. Betriebswirtin (BA)

Rosengasse 1
78086 Brigachtal
Telefon: 07721 908082
Mail: andreaklenk@gmx.de
www.klenk-kinesiologie.de

Für weitere Informationen oder Terminvereinbarungen können Sie mich gerne unverbindlich kontaktieren. Aktuelle Termine finden Sie auch auf meiner Homepage

Krisen sind kein Schicksal, sondern eine Einladung des Lebens, sich zu entwickeln. Ich freue mich darauf, Sie bei Ihrem persönlichen Wachstum zu begleiten.



STRESSABBAU
PERSÖNLICHES WACHSTUM
STEIGERUNG DER VITALITÄT



WAS IST KINESIOLOGIE?

Kinesiologie ist eine ganzheitliche Methode, um Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen, indem gezielt körperlicher und seelischer Stress abgebaut und Blockaden gelöst werden. Die Gesundheit als persönliches und individuelles Wohlbefinden des Menschen ist abhängig vom freien Fluss der Lebensenergie.

Kinesiologie ist die „Lehre der Bewegung“ und wurde etwa 1970 in den USA entwickelt. Basierend auf dem jahrtausende alten Wissen der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) befasst sich die Kinesiologie mit dem Energiefluss im Körper und im Gehirn, mit Stressabbau und Lebensenergieaufbau und bezieht dabei die moderne Psychologie und die neuesten Erkenntnisse über Gehirnforschung, Bioenergie und die Kommunikation im Körper mit ein.

Mittels Muskeltest als körpereigenem Feedback-Instrument werden die Informationen direkt vom Körper abgefragt, da sich Stress unmittelbar schwächend auf die Körpermuskulatur auswirkt. Über den Muskeltest, das persönliche Gespräch sowie gezielte Fragestellungen können im Dialog mit dem Körper Blockaden und Stress durch sanfte Verfahren aufgelöst werden. Kinesiologische Balancen und Übungen bauen Stress ab und regen Energiefluss und Selbstregenerierungskräfte an.

Gemeinsam werden Wege erarbeitet, mit denen Sie persönliche Ziele besser erreichen können. Ich unterstütze Sie dabei, Ihr persönliches Potential zu entdecken und zu entfalten, Ihre eigenen Wahlmöglichkeiten zu erweitern und so Ihre Eigenständigkeit und Selbstbestimmung zu fördern.

ANWENDUNGSBEREICHE

- Stressabbau und Lösung von Konflikten
- Unterstützung bei Herausforderungen im Alltag, in Familie, Partnerschaft, Schule und Beruf
- Begleitung bei Lebenskrisen und -umbrüchen
- Erhaltung und Förderung von Wohlbefinden, Vitalität und Lebensfreude
- Verbesserung des Lernvermögens
- Steigerung der Konzentrationsfähigkeit
- Achtsamkeit und Selbstwahrnehmung / innere Fokussierung
- Erarbeiten und Erreichen von Zielen
- Entfaltung von persönlichen Stärken
- Fit im Alter (mentale und physische Kondition bewahren)
- Coaching für Firmen und Selbständige (Teamentwicklung, Markenprofil bilden)

ENTLASTUNG UNTER ANDEREM BEI

- Lernblockaden
- Seelischen Belastungen und Trauer
- Nervosität, Verhaltensauffälligkeiten, Unruhe
- Überforderung und Burn-Out
- Unlust und Sinnlosigkeit
- Anspannung in Nacken, Schulter, Rücken
- Zähneknirschen, Zähnezusammenbeißen
- Prüfungsversagen
- Chronische Müdigkeit und Schlafprobleme

RECHTLICHE HINWEISE

Die begleitende Kinesiologie stellt keine Heilkunde dar und ist kein ausreichender Ersatz für medizinische oder psychotherapeutische Behandlungen. Sie ist als Gesundheits- und Lebensberatung zu verstehen und dient nicht der Behandlung und Heilung von Krankheiten. Bei gesundheitlichen Beschwerden oder Krankheiten sollte daher die Hilfe eines Arztes, Heilpraktikers oder Psychotherapeuten in Anspruch genommen werden.

Während die Begleitende Kinesiologie nach Meinung einer Vielzahl von Wissenschaftlern, ganzheitlich orientierten Ärzten, Heilpraktikern und Psychotherapeuten als Ergänzung bzw. Unterstützung einer medizinischen oder psychotherapeutischen Behandlung zur Linderung von gesundheitlichen Beschwerden oder Krankheiten beitragen kann, ist sie in ihrer therapeutischen Wirksamkeit nicht durch gesicherte wissenschaftliche Erkenntnisse belegt und im Sinne der Schulmedizin zu Diagnosezwecken ungeeignet.

EINSATZMÖGLICHKEITEN

Kinesiologie führt in Einzelsitzungen, Gruppenkursen oder Coaching dazu, dass das persönliche Potential wieder leichter gelebt werden kann. Durch das Erkennen und „Befrieden“ von Bisherigem (Erlebtem, Verhaltens- und Glaubensmustern etc.), können alte Bande gelöst werden, und die Fähigkeit, sich Neuem zuzuwenden, wird möglich.