

# WORKSHOP – Blockaden lösen mit LEHAR® und Boeger®-Therapie



WIE STEHE ICH IM LEBEN?  
WIE IST MEINE KÖRPERHALTUNG?  
WIE FÜHLE ICH MICH IN MIR?



# DIE KÖRPERHALTUNG ALS ZEICHEN MEINER SELBST

Fehl- und Schonhaltungen entstehen durch körperliche Verletzungen (Narben) sowie emotionale Prägungen und Verhaltensmuster.

In diesem Workshop erforschen wir unsere eigene Haltung und Mobilität von Kopf bis Fuss auf körperlicher, emotionaler wie mentaler Ebene. Wir stellen fest, wo wir in unserer Mobilität eingeschränkt sind und was für ein Thema dahinter steckt. Mit der Boeger®-Therapie lösen wir auf körperlicher Ebene die Blockade. Mit LEHAR® lösen wir die Blockade auf emotionaler und mentaler Ebene. Dank der Kombination der Therapien kann die Blockade ganzheitlich, effizient und nachhaltig gelöst werden. Nutze LEHAR® und Boeger® für eine optimale und effiziente Verbesserung der Körperhaltung und der Mobilität.

Der Workshop findet in einer Gruppe von max. 6 Personen statt. Dabei ist für jeden Teilnehmer eine bis zu 30-minütige Boeger®-Behandlung inbegriffen. Mit LEHAR® werden fortlaufend die aufkommenden Themen aufgegriffen und aufgelöst. Es wird jeweils eine Organ-Eigenbehandlung erlernt. Damit hast du die Möglichkeit, dir im Alltag selbst etwas Gutes zu tun.

## WANN

Aktuelle Kursdaten und Kosten unter:  
[www.massage-ib.ch/kurse/lehar-und-boeger-therapie](http://www.massage-ib.ch/kurse/lehar-und-boeger-therapie)

## WO

Stadthausstrasse 131  
8400 Winterthur

## LEITUNG

Rahel Huber  
dipl. Shiatsu Therapeutin  
LEHAR® Urheberin

Christine Jung  
dipl. Masseurin  
Boeger®-Therapeutin



## ANMELDUNG

bitte per E-Mail an:  
[rahel.huber@winti-shiatsu.ch](mailto:rahel.huber@winti-shiatsu.ch)  
oder:  
[ch.jung@massage-ib.ch](mailto:ch.jung@massage-ib.ch)



Teilnehmerzahl ist beschränkt. Barzahlung vor Ort oder mit TWINT.  
Die Anmeldung ist verbindlich. Bei kurzfristiger Abmeldung (bis 7 Tage vor Kursbeginn) oder Nichterscheinen muss das Kursgeld in vollem Umfang verrechnet werden.

Mehr Infos zu den einzelnen Therapien

[www.lehar.ch](http://www.lehar.ch) / [www.massage-ib.ch](http://www.massage-ib.ch) / [www.boegetherapie.com](http://www.boegetherapie.com)