



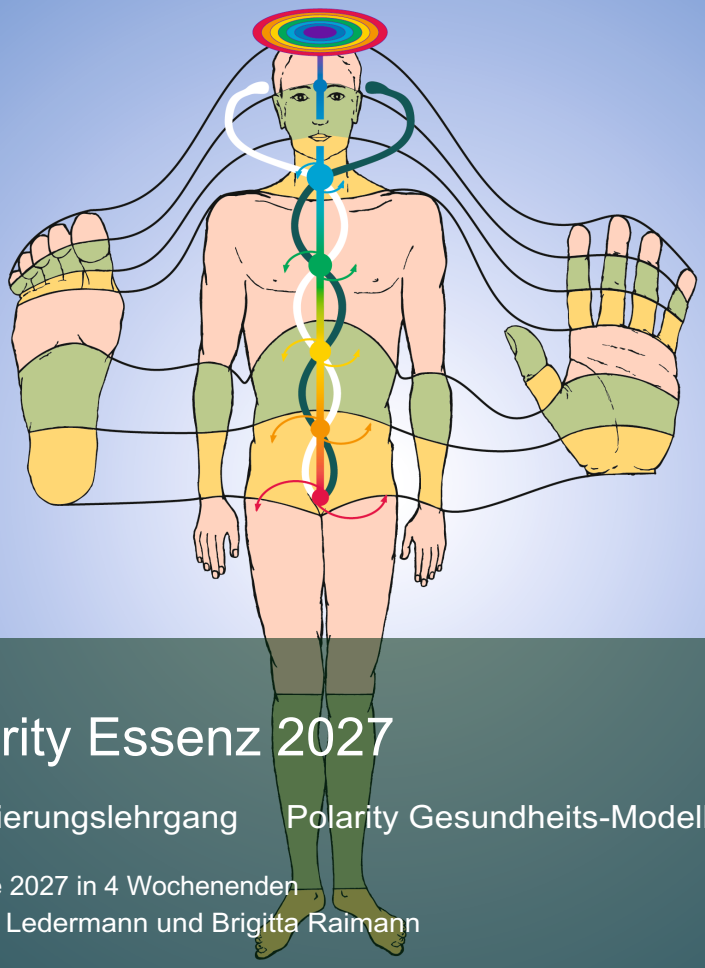
Schule für Naturheilkunde SHN

Die Leitung der SHN teilen sich Andreas Ledermann und Brigitta Raimann. Sie gehören mit ihrer Praxis seit 1982 und ihrer Schule 1992 zur Pioniergeneration der Schweiz und stellen dort ihre jahrzehntelange Erfahrung und Exzellenz in Theorie und Praxis zur Verfügung. Erkenntnisse aus ihrer Internationalen Dozententätigkeit werden dabei zur Inspiration und Bereicherung. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer schätzen die persönliche Atmosphäre dieses exklusiven Kleinbetriebes. Wir, Frau und Mann freuen uns Sie am Fluss der Zeit in der SHN oder unserer Praxis, begrüssen zu dürfen.

Brigitta Raimann und Andreas Ledermann

ledermann
raimann

Praxis und Schule f r
holistische Naturheilkunde041 711 30 11



Polarity Essenz 2027

Zertifizierungslehrgang Polarity Gesundheits-Modell

3 Module 2027 in 4 Wochenenden
Andreas Ledermann und Brigitta Raimann

Seit 40 Jahren mit den Polarity Prinzipen vernetzt

ledermann
raimann

Praxis und Schule f r
holistische Naturheilkunde

ledermann-raimann.ch

Polarity Essenz 2027

Grundlagen des Polarity Gesundheits-Modell

Dieser Polarity Basiskurs ist für Menschen, die ihr Leben und ihre Gesundheit selbst in die Hand nehmen möchten. Die Weiterbildung kann auch als Selbsterfahrung, Auffrischung oder Vertiefung besucht werden. In 3 Modulen wird den Teilnehmenden die Essenz des Polarity und ihre Symbolsprache nähergebracht.

Achtsamkeit bedeutet, ganz im Hier und Jetzt und im momentanen Augenblick voll bewusst zu sein. Beim Gespräch locken Sie den inneren Kern zur Antwort. Vielleicht braucht es etwas Überraschendes, vielleicht etwas Wohlbekanntes, um der Seele die Hand zu reichen und mit ihr in Kommunikation zu kommen.

Die Körperarbeit ist ein wichtiger und wohltuender Teil der Polarity-Arbeit. Selbst die Qualität der Berührungen wird thematisiert. Die Griffe und Übungen zu Fünfstern und Sechsstern stärken die tragenden Elemente der Körperhaltung. Die äussere Aufrichtung unterstützt die innere Stabilität und das persönliche Wachstum. Sie üben Griffe und erfühlen Energieströme, entdecken, ohne zu werten neue Seiten an sich. Wie kommen Sie zu mehr Energie? Was macht Sie rundum zufriedener? Die Elemente: Erde, Wasser, Feuer, Luft und Äther umgeben uns und bilden die Basis allen Lebens. Durchdrungen von Lebensenergie sind Körper, Geist und Seele im Fluss, in Harmonie.

Informationen zu Ernährung und Übungen aus Polarity-Yoga helfen in die Mitte zu finden, in Balance zu bleiben, auch wenn das Leben uns mit entgegengesetzten Polaritäten aus dem Gleichgewicht zu bringen versucht.

«Ich halte die Symbolsprache für die einzige Fremdsprache, die jeder Mensch lernen sollte. Wenn wir sie verstehen, lernen wir die tieferen Schichten unserer Persönlichkeit kennen.» Erich Fromm

Diese Polarity Essenz Grundlagen ist Teil der Polarity Ausbildung. Nach erfolgreichem Abschluss wird ein Zertifikat ausgestellt und berechtigt das Polarity R zu benutzen. Die Weiterbildung erfüllt die Richtlinien des EMR und der ASCA.

Modul 1 3 Tage
Lebensenergie und Polaritäten, Polarity Idee, Polarity Grundprinzipien, Polarity Grundbehandlung.

Modul 2 3 Tage
Die fünf Säulen Achtsamkeit, Kommunikation, Körperarbeit, Polarity Yoga, Polarity Ernährung, Sternen Muster mit Behandlungen und Klang.

Modul 3 6 Tage
Astromedizin Basiswissen und diversen Elementen-Behandlungen mit den Elementen; Erde, Wasser, Feuer, Luft und Äther. Vom Symbolwissen der Antike bis zu KI.

Die Module können einzeln besucht werden.

Kosten Total 8 Tage Grundkurs bis 10.01.2027:	CHF	1800.-
Später	CHF	2000.-
Einzelne Module/Einheiten à 2 Tage	CHF	500.-

Modul 1

Sa. 30. Jan. 2027	09.00 - 17.00 Uhr
So. 31. Jan. 2027	09.00 - 17.00 Uhr

Modul 2

Sa. 20. Feb. 2027	09.00 - 17.00 Uhr
So. 21. Feb. 2027	09.00 - 17.00 Uhr

Modul 3

Sa. 13. Mär. 2027	09.00 - 17.00 Uhr
So. 14. Mär. 2027	09.00 - 17.00 Uhr
Sa. 24. Apr. 2027	09.00 - 17.00 Uhr
So. 25. Apr. 2027	09.00 - 17.00 Uhr

Dozenten

Andreas Ledermann Dipl. Polarity-Therapeut, Eidg. Dipl. Ausbildner, Autor, Dipl. Naturarzt

Brigitta Raimann Dipl. Sozialpädagogin, Dipl. Polarity-Therapeutin, Eidg. Dipl. Ausbildnerin, Dipl. Naturärztin