



## Meditation Schwerpunkt Chakren - Modul 3A

### Ausbildung zum Meditationslehrer - Schwerpunkt Chakren

**B**ei dieser Fortbildung stehen die Chakren im Mittelpunkt. Ein Übungssystem, das sowohl auf die körperliche Gesundheit (durch die Bewegungseinheiten) und die spirituelle Entwicklung gerichtet ist. Chakra Meditation vereint Atem-, Entspannungs-, Meditations- und Körpertechniken. Für jedes der sieben Hauptchakren gibt es eine eigene Übungseinheit.

#### Voraussetzungen

Voraussetzung für das Zertifikat ist die Ausbildung zum Meditationslehrer - Modul 1B.

Eine Weiterbildung für alle, die an diesem Thema Interesse haben. Sollten Sie nicht über die Voraussetzungen verfügen, können Sie dennoch an der Fortbildung teilnehmen. Sie erhalten statt des Zertifikats eine Teilnahmebestätigung.

#### Im Mittelpunkt der Fortbildung stehen:

- Die Chakren Theorie
- Die Hauptchakren: Wurzelchakra, Sakralchakra, Nabelchakra (Solarplexus-Chakra), Herzchakra, Halschakra, Stirnchakra (drittes Auge), Kronenchakra
- Nebenchakren: Hand- & Fußchakren
- Chakrenmeditation
- Handmudras
- Techniken & weitere Möglichkeiten zur Aktivierung & Harmonisierung der Chakren
- Chakra-Übungen
- Sieben Schritte Chakra-Programm
- Aufbau & Ablauf eines Chakra Kurses

Wir bieten Ihnen eine 7 Tage Intensivausbildung zum Meditationslehrer Advanced mit den Modulen 1B, 3A, 3B, 3C.

**Dauer**  
2 Tage, 18 UE

**Abschluss**  
Zertifikat „Meditationslehrer - Schwerpunkt Chakren“

Wer das Modul 1B sowie die drei Module 3A, 3B, und 3C absolviert hat, erhält das Zertifikat „Meditationslehrer Advanced“

Aktuelle Termine unter  
[www.fitmedi-akademie.de](http://www.fitmedi-akademie.de)