UTA Akademie
Aus- und Weiterbildung

Venloer Str. 5-7, 50672 Köln
Tel. +49-221-57407-0, info@uta-akademie.de

Hara Awareness® Massagepraktiker*in – Modul 2

Fortbildung zur Stärkung der Mitte

Datum:	**09.09.2027 - 05.03.2028**
Dauer:	14 Tage
Leitung:	**Anando Würzburger**
Anzahlung	500,00 €
Preis:	**2.250,00 €**

» Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung

Ansprechpartnerin

Nathalie Pelzer
Tel. 0221-57407-28
n.pelzer@uta-akademie.de

Montag - Freitag
11:00 - 16:00 Uhr

In diesem Modul geht es darum, die in der Hara Awareness Massage genutzte 9er-Sitzungsreihe kennen- und anwenden zu lernen. Sie besteht aus jeweils drei Sitzungen zu den Themen: Erdung, Klärung des Nabels und entspanntes Sein im Hara.

Seminarbeschreibung

Wir lernen, die Körperstruktur und den Energiefluss der Klient*innen wahrzunehmen und ihnen speziell abgestimmte Übungen zur Vertiefung der Arbeit zu Hause und im Alltag mitzugeben.

- Hara-Meditationen, Bauchatmung und erdendes Qigong
- Erdungspunkte an Beinen und Becken
- Hara Awareness Massage am Nabel
- Öffnung des Energieflusses in der Wirbelsäule
- Hara-Übungen und umgekehrte Atmung nach Hida Harumichi

- Hara Awareness Massage
- Energetische Narbenentstörung

Termine & Inhalte

Erdung – Eine tiefe Verwurzelung
09. - 12. September 2027 (Do - So, 4 Tage)

Um die Spiritualität entfalten zu können, bedarf es starker Wurzeln. Es ist das Gefühl von „Hier bin ich und hier stehe ich“, das uns die Kraft gibt, unser Leben zu meistern. Wir wachsen in einem Spagat zwischen Selbstentfaltung und Anpassung auf. Wie gut uns dies gelungen ist, spiegelt sich im energetischen Zustand unseres Bauches und im Energiefluss der Beine wieder. Eine gute Erdung gibt uns das Gefühl von Kraft und Sicherheit.

Der Nabel – Unsere Verbindung mit dem Vorgeburtlichen
04. - 07. November 2027 (Do - So, 4 Tage)

Spannungen aus pränatalen Erfahrungen können sich um den Nabel herum festigen. Verbinden wir uns mit dem vorgeburtlichen Ki (Lebensenergie), können wir hier mit sanfter Energie- und Bewusstseinsarbeit den Schleier pränataler Prägungen lüften. Wir lösen Identifikationen auf, die durch Gefühle der Mutter und energetische Stimmungen der Umgebung, in die wir hineingeboren wurden, entstanden waren. Das vorgeburtliche Ki ist ein großes Energiepotential, an das wir uns wieder anschließen können.

Hara – Der Platz des Seins
13. - 16. Januar 2028 (Do - So, 4 Tage)

Osho hat das Hara auch als „center of being“ bezeichnet oder als Sitz des „no mind“, des Nicht-Verstandes. In diesem Trainingsabschnitt erforschen wir die Dimensionen von Yin und Yang, von männlicher und weiblicher Energie und den Polaritäten des Lebens. Das Hara ist der Raum hinter den Polaritäten: Hier können wir nicht-identifizierte Beobachtende sein.

Zertifizierung
03. - 05. März 2028 (Fr - So, 3 Tage)

Zertifizierung

Voraussetzung für die Zertifizierung als Hara Awareness® Massagepraktiker*in ist – neben der Teilnahme an den Modulen 1 und 2 – der Besuch von 4 Einzel- und 5 Supervisionssitzungen (nicht im Trainingspreis enthalten) sowie das Protokollieren von Sitzungsserien mit eigenen Klient*innen.

Im Anschluss an das Training besteht die Möglichkeit einer Lehrassistenz. Sie ist hilfreich zur Vertiefung der Arbeit und der eigenen Hara-Erfahrung. Mehr Informationen über die Seminarkoodination.

Seminarzeiten

Beginn der Abschnitte 1-3 jeweils um 10:00 Uhr,
Beginn im letzten Abschnitt um 20:30 Uhr.
Seminarende jeweils am letzten Tag um 17:00 Uhr.

Ratenzahlung

Für diese Ausbildung bieten wir die Möglichkeit der Ratenzahlung an. Die Raten und deren Fälligkeiten stehen im Ratenzahlungsvertrag, den wir rechtzeitig vor Fälligkeit der ersten Rate zuschicken.

Gesamtpreis bei Ratenzahlung: 2.292 €
4 Raten à 448 €
zzgl. der Anzahlung von 500 €

Zugehörige Angebote

Hara Awareness® Massagepraktiker*in – Modul 1
03.12.2026 - 18.04.2027

Dozent*innen

Anando Würzburger

ist Heilpraktikerin für Psychotherapie und seit 1982 Mitglied des UTA Therapeut*innenteams. Sie verbindet östliche Körpertherapie und Meditations-methoden mit den Erkenntnissen westlicher Psychologie und Traumaarbeit. Anando ist ausgebildet in psychologischer Beratung, Somatic Experiencing® (Traumaarbeit nach P. Levine), Shiatsu, Katsugen Undo von Haruchika Noguchi, Oshos Meditativen Therapien und Atemtherapie. Sie entwickelte die Hara Awareness® Massage, bildet darin und in humanistischer spiritueller Therapie sowie Meditations- und Entspannungsmethoden aus. Sie leitet Seminare weltweit.