

## UNSERE KURSLEITER:



**Gitta Hillrichs**  
HP f. Psychotherapie,  
Feldenkraispädagogin  
0 51 32 5 28 39



**Uschi Canzler-Müller**  
Qigonglehrerin, Gesundheitsberaterin  
0 51 36 8 38 01  
U.Canzler-Mueller@gmx.de



**Yvonne Griep**  
Yogalehrerin BDY/EYU  
01 73 7 63 61 39  
yvonnegp@gmx.de



**Eva Knoche**  
Coaching – Impulse – Seminare  
01 71 7 28 24 97  
info@evaknoche.de



**Susanne Brandt**  
Yogalehrerin KRI, Anleiterin für Kinderyoga  
01 62 2 07 29 92  
online-susanne1@gmx.de



**Ramona Dietze-Steinke**  
Heilpraktikerin, Autogenes Training  
0 15 73 2 09 67 77  
kontakt@heilpraktikerin-dietze.de



**Petra Emslander-Möller**  
Dipl. Ganzheitliche Ernährungstrainerin  
0 51 41 88 15 61

## UNSER TEAM:



**Marion Löw**, Heilpraktikerin  
Physiotherapeutin mit abgeschlossenem  
Osteopathiestudium  
01 57 32 36 83 21  
www.loew-osteopathie.de



**Dr. rer. nat. Isa Bredemeier**  
HP f. Psychotherapie, Coach  
01 52 03 42 03 04  
www.psychotherapie-in-burgdorf.de



**Rotraud Meier**, HP für Psychotherapie  
Einzel- und Paarberatung/ Paarthherapie  
0 51 36 9 72 49 66  
www.paarberatung-therapie-burgdorf.de  
www.praxisgemeinschaft-sperbergasse.de



**Ulrike Herr**, Heilpraktikerin  
Miasmatische Homöopathie  
Hanne-Marquardt-Fussreflex®  
0 51 36 97 66 943  
www.praxis-ulrike-herr.de



**Praxisgemeinschaft  
Sperbergasse**  
*im.puls leben*



**Praxisgemeinschaft  
Sperbergasse**  
*im.puls leben*

**2022**

Programm  
Januar – Juni

[www.praxisgemeinschaft-sperbergasse.de](http://www.praxisgemeinschaft-sperbergasse.de)

Sperbergasse 4  
31303 Burgdorf

**Wir sind für  
Sie da!**

# ANGEBOTE FÜR JANUAR BIS JUNI 2022

In unserem großzügigen **Seminarraum** haben wir noch Kapazitäten frei.  
Rotraud Meier, 0 51 36 9 72 49 66, [rotraudmeier@web.de](mailto:rotraudmeier@web.de)

Individuelle Einzeltermine können Sie bei unseren Therapeuten bekommen, die mit großer Kompetenz auf Ihre persönlichen Bedürfnisse eingehen. Für Gruppen bieten wir regelmäßige Angebote und Einzelseminare zu verschiedenen Themen.

\*Eine anteilige Kostenübernahme dieser Kurse ist durch Ihre Krankenkasse möglich. Bitte informieren Sie sich bei Ihrer Krankenkasse oder bei uns.

## WÖCHENTLICH REGELMÄSSIGE TERMINE

### Autogenes Training (R. Dietze-Steinke)

#### ... und Stressreduktion für Anfänger

Mo. 17:30 – 18:30 Uhr, Beginn: 14.01. – 04.04.22

#### ... und Selbstfürsorge für Fortgeschrittene

Mo. 17:30 – 18:30 Uhr, Beginn: 02.05. – 20.06.22

Kosten: je Kurs 100 € (je 8 Einheiten)

#### ... und Fantasiereisen für Kinder

Mo. 16:00 – 17:00 Uhr, Beginn: 02.05. – 20.05.22

Kosten: Kurs 45 € pro Kind (3 Einheiten)

Anmeldung: 0 15 73 20 96 777, [kontakt@heilpraktikerin-dietze.de](mailto:kontakt@heilpraktikerin-dietze.de)

### „Fit und entspannt mit Qigong“\*,

#### Hui Chun Gong (U. Canzler-Müller)

Di. 10:00 – 11:15 Uhr, Beginn: 11.01.22

Kosten: 120 € (10 Vormittage)

Anmeldung: 0 51 36 8 38 01, [U.Canzler-Mueller@gmx.de](mailto:U.Canzler-Mueller@gmx.de)

### „Fit und entspannt mit Qigong“\*,

#### Hui Chun Gong (U. Canzler-Müller)

Di. 18:30 – 19:45 Uhr, Beginn: 11.01.22

Kosten: 120 € (10 Abende für Anfänger und Fortgeschrittene)

Anmeldung: 0 51 36 8 38 01, [U.Canzler-Mueller@gmx.de](mailto:U.Canzler-Mueller@gmx.de)

### Feldenkrais, Bewusstheit durch Bewegung (G. Hillrichs)

Mi. 17:30 – 18:45 Uhr, Intensivkurs, max. 10 Personen,

Kosten: 128 € (8 Einheiten), Beginn: 02.03.22 (ab 8 Teilnehmer)

Keine Vorkenntnisse erforderlich, Anmeldung: 0 51 32 5 28 39

### Yoga „Entspannt am Abend“\* (Y. Griep)

Mi. 19:15 – 20:30 Uhr, 10 Abende für Fortgeschrittene

Kosten: 120 €, Beginn: 05.01.22 (online)

Anmeldung: 01 73 763 61 39 oder [yvonnegp@gmx.de](mailto:yvonnegp@gmx.de)

### Kinderyoga 6 – 11 Jahre (S. Brandt)

Do. 15:30 – 16:30 Uhr, Beginn: 28.04.22

Kosten: 65 € (8 Einheiten), Probestunde: 6 €

Anmeldung: 01 62 2 07 29 92 oder [online-susanne1@gmx.de](mailto:online-susanne1@gmx.de)

### Teen-Yoga 11 – 15 Jahre (S. Brandt)

Do. 17:00 – 18:00 Uhr, Beginn: 28.04.22

Kosten: 74 € (8 Einheiten), Probestunde: 8 €

Anmeldung: 01 62 2 07 29 92 oder [online-susanne1@gmx.de](mailto:online-susanne1@gmx.de)

### Kundalini Yoga (S. Brandt)

Do. 18:30 – 20:00 Uhr, Beginn: 28.04.22

Kosten: 140 € (10 Einheiten), Probestunde: 10 €

Anmeldung: 01 62 2 07 29 92 oder [online-susanne1@gmx.de](mailto:online-susanne1@gmx.de)

## MONATLICH REGELMÄSSIGE TERMINE

### „Zeit für mich“ – offene Gruppe (I. Bredemeier)

Mo. 19:00 Uhr, 10.1., 14.2., 14.3., 11.4., 9.5., 13.6.

Entspannung, Phantasiereisen, Aufstellungen und andere Übungen

Kosten: je 20 €, Anmeldung: 0 15 20 3 42 03 04

### Herz-Meditation – die Intelligenz des Herzens nutzen (E. Knoche)

Mo., 19:00 – 20:15, 17.01., 14.02., 14.03., 04.04., 09.05., 13.06.

Bei der Aktiven Herz-Meditation geht es um Klänge, Rhythmen und Schwingungen, die unser Herz erreichen. Musik und Meditation wechseln sich ab. Atemübungen für das Herz zentrieren uns und schenken uns Kraft für den Alltag. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Kosten: je 15 €, Anmeldung: [info@evaknoche.de](mailto:info@evaknoche.de)

### Feierabend-Aufstellungen (I. Bredemeier)

Aufstellungen aus persönlichen und beruflichen Bereichen

Fr. 17:00 – 20:30 Uhr, 25.03., 29.04., 10.06.

Kosten: Mit Anliegen 80 €, ohne Anliegen 30 €

Anmeldung: 0 15 20 3 42 03 04, [praxis@dr-isa-bredemeier.de](mailto:praxis@dr-isa-bredemeier.de)

### „Entspannt ins Wochenende“ - offene Gruppe (R. Dietze-Steinke)

Fr 17:00 – 18:00 Uhr, 28.01., 18.02., 18.03., 22.04., 20.05., 17.06., 22.07.

mit Autogenem Training die Arbeitswoche loslassen und entspannt ins Wochenende gehen

Kosten: je 15 €, Anmeldung: 0 15 73 20 96 777



### Lärche (Larix decidua)

Die Europäische Lärche ist ein sommergrüner Baum aus der Familie der Kieferngewächse. Sie blüht zwischen März und Mai. Die Blüten finden Anwendung in der Bachblütentherapie. Die Bachblüte Larch fördert die Selbstannahme. Und dazu gehören nicht nur die eigenen Mängel sondern auch die eigenen Qualitäten. Man kommt in Kontakt mit seinem wahren Wesen und wird sich im wahrsten Sinne selbst bewusst. Daher wird die Bachblüte Larch auch vorrangig angewendet, wenn ein Mensch mehr Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen benötigt.

## EINZELTERMINE

### Wohlergehen für Leib und Seele (U. Herr)

Workshops Fr. 19:00 – 21:00 Uhr, auch online möglich

21.01.22 Immunsystem

04.02.22 Was nährt meine Seele

25.02.22 In mir selbst zuhause sein

Kosten: je 30 €, Anmeldung: 0 51 36 97 66 943 oder per Mail

### Selbsthilfe mit der Finger-Apotheke (U. Herr)

Sa. 26.02.22, 14:00 – 19:00 Uhr, auch online möglich

Die Fingerapotheke besteht aus unseren eigenen 10 Fingern.

Wir haben unsere Finger immer dabei und können sie zu jeder Zeit an jedem Ort nutzen. Vielleicht hast du eine Verletzung, die nicht sofort ärztlich versorgt werden kann oder Kopfschmerzen oder einen schweren Kummer ... ob körperliche oder emotionale Probleme – mit unseren Fingern stehen uns großartige Werkzeuge zur Selbsthilfe zur Verfügung.

Kosten: 75 €, Anmeldung: 0 51 36 97 66 943 oder per Mail

### Ganzheitliche Ernährung & Gesunder Lifestyle für Frauen in der Lebensmitte (P. Emslander-Möller)

Sa. 26.03.22 oder 14.05.22 oder 11.06.22, 10:00 – 15:00 Uhr

Eine gesunde und abwechslungsreiche Ernährung hat einen positiven Einfluss auf die Gesundheit. Jeder Mensch hat eigene Bedürfnisse, einen eigenen Stoffwechsel und Lebensrhythmus. Unterschiedliche Ernährungsformen, verschiedene Entspannungsmethoden, aktive Bewegung, ein positives Mindset und ein gesunder Lifestyle führen zu einem besseren allgemeinen Wohlbefinden. Wenn auch du dich energielos, müde und überfordert fühlst und wieder in deine innere Mitte kommen möchtest, dann nimm dein Leben und deine Gesundheit in die eigene Hand.

Kosten: 75 €, Info und Anmeldung: 0 51 41 88 15 61

### Workshop- Herz-Meditation (E. Knoche)

Sa., 23.04.22, 15:00 – 18:00 Uhr

In dem Workshop erfahren wir neben einer Einführung in eine uralte Tradition der Herz-Meditation Rhythmen und Klänge, lassen uns verzaubern von zeitloser Poesie, bespielen unser Herz mit einer Daf (Rahmentrommel) und stärken die Verbindung zu unserem Herzen als Quelle der Inspiration und Intuition.

Kosten: 35 €, Anmeldung: [info@evaknoche.de](mailto:info@evaknoche.de)