



Selbsthilfe – Kurs Emmett-Technique

Schmerzen und Muskelverspannungen sofort lindern!
Einfache und effektive Griffe zur Muskelentspannung
mit sofort spürbarer Wirkung!

*Für die alltägliche Linderung eigener Beschwerden,
bei Familienmitgliedern oder Freunden*

Effektive Griffe lernen, mit denen man sofort sehr gute Ergebnisse erzielt!

Es erwartet Dich ein praxisnaher und übungsintensiver Kurs, verbunden mit viel Spaß!
Es sind **keine anatomischen Vorkenntnisse** notwendig! Im Gegensatz zur Vollausbildung ist
der Kurs bewusst einfach gehalten und holt jeden Kursteilnehmer da ab, wo er gerade
steht.

Dieser achtstündige Kurs ist besonders für Laien, Eltern, Reiter, Fitnesstrainer aber auch
für Pflegende geeignet. Bereits mit geringem Aufwand können Schmerzen und
Muskelverspannungen in vielen Fällen rasch gelindert und Lebensqualität zurückgegeben
werden.

Unter Anleitung werden einfache Griffe am Körper erlernt und können sofort angewendet
werden – zum Beispiel bei:

- Verspannungen im Ober- oder Unterarm
- Verspannungen im Nackenbereich
- Verbesserung der Griffstärke der Hände oder Finger
- An- und Verspannung im Oberbauch
- Verbesserung beim Durchatmen
- Einschränkungen Oberschenkel / Hüfte / Knie
- Gestaute oder gespannte Unterschenkel / Waden
- Gleichgewicht und Fußbalance

Termin: 13.07.2025 von 10.00 – ca. 18.00 Uhr

Ort: Lukashof, Kitzinger Weg 7, 97318 Kaltensondheim

Kosten: 170,- €

incl. Script, Zertifikat und Pausensnacks, Mittagessen bitte selbst organisieren

Anmeldung bei:

Gabriele Winter-Maciejewski, per Mail wimac@web.de oder WhatsApp 0151 14110272

Anette Meyer, per Mail AnetteGW@aol.com oder WhatsApp 0175 1964109

oder über die EMMETT Homepage: www.emmett-therapy.com (EMMETT Portal)



Emmett-Technique-Kurs für Pferde

Emmett 4 Horses ist eine sehr sanfte und effektive Muskelentspannungs- bzw. Faszientechnik. Durch leichten Druck auf bestimmte Muskel- und Sehnenpunkte, sowie genau definierte Griffe, können sehr schnell Muskelverspannungen schonend gelöst und körperliches Unwohlsein gelindert bzw. nachhaltig behoben werden. Blockaden können gelöst werden und der Körper kommt wieder ins Gleichgewicht. Zudem werden die Selbstheilungskräfte aktiviert.

Das Pferd bekommt ein neues, besseres Körpergefühl, ist ausdrucksvoller in der Bewegung und hat mehr Flexibilität und Balance.

In diesem 6-stündigen-Tagesworkshop hast Du die Möglichkeit, Dir einen Eindruck von dieser erstaunlich sanften Technik zu machen.

Dieser Kurs ist für Pferdebesitzer, Reiter, Therapeuten und Personen, die beruflich mit Pferden zu tun haben.

Du erlernst in diesem Schnupperkurs 4 Emmett-Griffe für das Pferd (positiv für Seitenbiegung, Rücken, Hals und Widerristbereich).

Somit kannst Du z. B. als Reiter oder Pferdebesitzer Deinem Pferd etwas Gutes tun und/oder als Therapeut die Emmett-Griffe mit anderen Methoden gut kombinieren.

Gleichzeitig erlernst Du noch 2 Emmett-Griffe aus dem Emmett-Technique-Selbsthilfekurs für Menschen und kannst somit am eigenen Körper spüren, wie sanft und effektiv die Emmett-Technique wirkt.

Termin: 19.10.2025 von 10.00 – ca. 16.00 Uhr

Ort: Lukashof, Kitzinger Weg 7, 97318 Kaltensondheim

Kosten: 150,- €

incl. Script, Zertifikat und Pausensnacks, Mittagessen bitte selbst organisieren.

Anmeldung bei:

Gabriele Winter-Maciejewski, per Mail wimac@web.de oder WhatsApp 0151 14110272

Anette Meyer, per Mail AnetteGW@aol.com oder WhatsApp 0175 1964109

oder über die EMMETT Homepage: www.emmett-therapy.com (EMMETT Portal)