

# Entspannungstherapie und -training

## BEAUTY / WELLNESS



Entspannung ist eine unverzichtbare Voraussetzung für Gesundheit und Wohlbefinden. Ein Übermaß an Stress und Anspannung kann zu ernsthaften Erkrankungen führen. Wie groß das Bedürfnis nach Entspannung geworden ist,

zeigen steigende Teilnehmerzahlen in entsprechenden Kursen. Entspannung ist offenbar für viele nichts Natürliches oder Selbstverständliches mehr, sondern muss neu erlernt werden. Entspannungstherapie und -training helfen Klienten in diesem Lernprozess und leisten damit einen wichtigen Beitrag in Prävention und Therapie.

Die Paracelsus-Ausbildung bietet eine Auswahl erfolgreicher und bewährter Methoden, mit denen Entspannung wieder erlebt wird und in den Alltag integriert werden kann. Dabei stellen wir eine Vielfalt von Techniken vor, um den individuell unterschiedlichen Bedürfnissen gerecht zu werden. Sie werden Entspannung in dieser Ausbildung ganz neu für sich entdecken!

### Ausbildungsinhalte:

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson (Seminarleiterschein); Autogenes Training (Seminarleiterschein); Klangschalenmassage; Entspannungswirkung von Farben und Düften; Reise durch die Chakren; Achtsamkeits-/ Atemtraining

Die Methoden können in Einzel- und Gruppenarbeit eingesetzt werden, in eigener Praxis oder in vielen Einrichtungen für Wellness, Prävention und Gesundheit. Die Techniken können im Rahmen einer therapeutischen Praxis integriert werden.

Teilnehmer/innen mit Heilerlaubnis erhalten von der Paracelsus Akademie ein Zertifikat „Entspannungstherapeut/in“, Teilnehmer/innen ohne Heilerlaubnis den Abschluss zum/r „Entspannungstrainer/in“.

Diese Ausbildung wird als Modul ETS/WT der Wellnesstrainer/in-Ausbildung anerkannt. Zusätzlich ist eine Zertifizierung durch den Fachverband Wellness, Beauty und Gesundheit e.V. (WBG) möglich. Näheres finden Sie auf den Seiten des WBG unter <https://www.wellness-fachverband.de/verband/zertifizierung.html>.

**Dozent/in HP Psy Birgit A. Paier:** Jg. 1968, 2 Kinder; Studium der Biologie an der Ruhruniversität Bochum; 1995-2018 Koordination und Management von klinischen Studien. Ausbildungen: Entspannungstherapeutin, Peter Hess®-Klangmassagepraktikerin, Burnout- u. Resilienzberaterin, NLP-Practitioner (DVNLP), Paarberaterin. Weiterbildungen: Hypnose, EMDR. Seit 2019 Heilpraktikerin für Psychotherapie. Tätigkeit in eigener Praxis in Aachen.

**Dozent/in HP Psy Gaby Renk:** Jg. 1962, `Seelenklang-Schamanin` mit den Schwerpunkten Schwingungs- und Energiemedizin und Epigenetische Heilarbeit. Ihre Qualifikationen: Dipl. Sozialarbeiterin, Musiktherapeutin, Fachtherapeutin für kreative und leiborientierte Traumatherapie, Heilpraktikerin für Psychotherapie und Schwingungsmedizin, Energy Medicine Master, Neuro-Energetic-Programming Master. Ihr Credo: `Die Medizin der Zukunft ist eine Medizin der Schwingungen und Frequenzen` (Albert Einstein) - und diese Zukunft ist JETZT! Es ist also höchste Zeit, dass wir uns mit den Heilmethoden dieser NEUEN ZEIT und den damit verbundenen Erkenntnissen aus der Hirnforschung, Epigenetik und Quantenphysik vertraut machen. Das ist ihr ein besonderes Anliegen und eine Herzensaufgabe!

### Termine:

**Sa. 20.09.2025**

**So. 21.09.2025**

**Sa. 25.10.2025**

**So. 26.10.2025**

**Sa. 22.11.2025**

**So. 23.11.2025**

**Sa. 13.12.2025**

jew. 10:00-18:00 Uhr  
weitere Unterrichtstermine  
unter [paracelsus.de](http://paracelsus.de)

### Preis:

**2300,- Euro \***

**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Promenadenstr. 7-9  
52062 Aachen  
Tel. 0241 - 901 94 94**

### Seminarnummer:

**SSA51200925V**

### Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

