

## **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](mailto: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 Lehrassistenten. Sie ist hilfreich zur Vertiefung der Arbeit und der eigenen Hara-Erfahrung. Mehr Informationen über die Seminarkoordination.

### **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