

# INNERE AUFRICHTUNG

VON KOPF BIS FUSS IM GLEICHGEWICHT



# Die Zeichen unserer Zeit

Stress, Hektik, Leistungsdruck und das Zurückstellen persönlicher Bedürfnisse belasten viele Menschen. Die Arbeitsintensität ist enorm gestiegen. Die psychischen und körperlichen Belastungen nehmen zu. Hinzu kommen häufig Bewegungsmangel sowie körperliche und geistige Fehlhaltungen.



## GESUNDHEIT IM GLEICHGEWICHT

Die INNERE AUFRICHTUNG ist eine Energiearbeit, die sich auf Gelenke, Muskeln, Nerven, Organe und die feinstofflichen Bereiche des Körpers auswirkt. Über einen energetischen Impuls, der mit den Händen auf den Körper übertragen wird, werden die Steuerzentren neu justiert und die Selbstheilungskräfte aktiviert.

## DAMIT ES WIEDER AUFWÄRTS GEHT

Über den Impuls der INNEREN AUFRICHTUNG werden Schmerzen gelindert oder verschwinden ganz. Physische und psychische Blockaden lösen sich. Schiefstände im Bewegungsapparat verbessern sich oder werden komplett ausgeglichen. Die körpereigenen Energiezentren (Chakren) werden aktiviert. Es herrscht ein freier Energiefluss, der sich in einem Zuwachs an Kraft, Konstitution, Selbstvertrauen, Struktur und Ordnung äußert.

## DAS PLUS FÜR SIE

Die Wirbelsäule ist die tragende Säule im Körper und verbindet alle Organe, Nerven und Gelenke miteinander. Der Zustand der Wirbelsäule ist also entscheidend für unser ganzheitliches Wohlbefinden. Während der INNEREN AUFRICHTUNG erinnert sich die Wirbelsäule energetisch an ihre optimale Haltung und richtet sich tatsächlich danach aus. Meist genügt eine Behandlung, um sich dauerhaft auszurichten.

INNERE AUFRICHTUNG  
VON KOPF BIS FUSS IM GLEICHGEWICHT

## DER ABLAUF

Die INNERE AUFRICHTUNG findet in einem Einzeltermin und im Liegen statt. Die Behandlung erfolgt in voller Bekleidung und ohne Berührung. Sie bedarf keinerlei Vorbereitung und ist schmerzfrei.

Vor und nach der INNEREN AUFRICHTUNG werden Beckenstand, Beinlängen, Schulterhöhen und der Wirbelsäulenverlauf kontrolliert. Ebenso wird der Zustand der Energiezentren (Chakren) des Körpers geprüft. Die Behandlung dauert max. eine Stunde, inklusive Vor- und Nachgespräch.

### PREISE:

Erwachsene: EUR 140

Kinder bis 16 Jahre: EUR 90

Nachbehandlung: EUR 100

Die Behandlung ersetzt nicht den Besuch eines Arztes.

## DIE INNERE AUFRICHTUNG WURDE BISHER BEI FOLGENDEN SYMPTOMEN ANGEWANDT:

ADS, Alpträume, Arthrosen, Asthma, Atemstörungen, Bandscheibenvorfälle, Beckenschiefstand, Beinlängendifferenzen, Burnout, Depressionen, Essstörungen, Entwicklungsstörungen, Gelenkschmerzen, Gleichgewichtsstörungen, Herzrhythmusstörungen, Hörstörungen, Ischiasschmerzen, Kiefergelenk-Probleme, Knieschmerzen, Menstruationsstörungen, Migräne, Muskelschmerzen, Rückenschmerzen, Schulter-Arm-Syndrom, Schiefhals, Schlafstörungen, Schwindel, Schulter Schmerzen, Skoliosen, Sportverletzungen, Tennisarm, Tinnitus, ungleiche Zahnreihen, Verdrehungen, Wechseljahrsbeschwerden u.v.m. ...

## FEEDBACKS ZUR INNEREN AUFRICHTUNG

„Mein Stresspegel war sehr hoch. Ich wusste nicht mehr weiter, und die Ärzte konnten nicht helfen. Die Innere Aufrichtung hat mich wieder zurück ins Leben geholt. Zuerst war ich skeptisch, aber nach der Behandlung konnte ich jeden Tag merken, wie meine Energie zurück kam und ich entspannter wurde. Meine Kreuzschmerzen waren weg, und ich hatte gefühlt, wie sich mein Rücken begradigt hat.“

Andreas D., Manager aus Schwetzingen, 45

„Monatelang konnte ich meinen Arm / Schulter nicht ohne Schmerzen nach oben bewegen. Auch mein Arzt konnte mir hier nicht weiterhelfen. Direkt im Anschluss an die Innere Aufrichtung waren die Schmerzen wie weggezaubert. Ich war echt perplex. Die Schmerzen sind auch weggeblieben.“

Karolin L.

„Seit der Inneren Aufrichtung bin ich wieder viel beweglicher, was mir im Alltag sehr zugute kommt. Es ist mir eine Freude, die Innere Aufrichtung weiter zu empfehlen.“

Barbara E.



## ÜBER MICH:

Seit 2012 arbeite ich als Innere Aufrichtungstherapeutin, sowie als Beraterin für internationale Fachmessen. Die Arbeit mit der INNEREN AUFRICHTUNG hat für mich einen besonderen Sinn. Es ist mir eine Freude, Menschen bei einer besseren Haltung ihres Körpers und im Leben zu unterstützen. Gerne vereinbare ich einen Termin mit Ihnen und berate Sie.

## Monika Schädel

Obere Kirchgasse 3 · 69121 Heidelberg

Tel.: 06221 - 599 04 10

Mobil: 0172 - 728 81 42

Email: [info@innere-aufrichtung.com](mailto:info@innere-aufrichtung.com)

[www.innere-aufrichtung.com](http://www.innere-aufrichtung.com)