26-DDK114 - Schnarchen: Hilfe durch Kinesiologie! Schnarcherbalancen für Betroffene und für Therapeuten

Beginn	Montag, 07.12.2026
Preis	260,00 €
Dauer	1 Termin
Voraussetzungen	Es sind KEINE Vorkenntnisse erforderlich.

Schnarcherbalancen? Kinesiologisches Arbeiten rund um Gaumesegel, Zungengrund, Zungenbein, vordere Halsmuskeln und Kiefergelenk: Eine Selbsthilfemethode gegen das Schnarchen.

Dieses Seminar richtet sich an Menschen, die selbst Schnarchen oder unter Schlafapnoe - Syndrom leiden, sowie an alle Therapeuten, die diese Methode einsetzen oder ihren Patienten zur Selbsthilfe vermitteln möchten.

Ist Schnarchen eine Krankheit?

Sicherlich hat jeder schon einmal einen schnarchenden Menschen gehört. Diese störenden Geräusche in der Nacht, die den Schlaf unterbrechen oder andere, ruhesuchende Menschen gänzlich am Ein- oder Durchschlafen hindern. Vielleicht haben Sie das auf dem Zeltplatz, im Mehrbettzimmer, auf den Hütten in den Alpen oder sogar im eigenen Schlafzimmer erlebt. Manchmal dringen die Schnarchgeräusche sogar durch die Wand in der Wohnung….
Es ist gleich, ob man das Schnarchen als Krankheit ansieht: Bei vielen schnarchenden Menschen und besonders in ihrem Umfeld entsteht großer Leidensdruck.

Ist Schnarchen ein Problem in Ihrer Beziehung?

Schlafen Sie schon in getrennten Zimmern?

Vielen Menschen ist es unangenehm darüber zu reden und die meisten glauben, dass sie es nicht ändern können. Josef Stotten ist jedoch der Meinung, dass jeder Mensch daran selbst etwas ändern kann. Und er hat schon sehr vielen Menschen bei der Linderung bis hin zur Beseitigung der Problematik helfen können.

Inhalte:
In diesem Seminar erlernst du eine kinesiologische Methode, wie du die Schnarchproblematik lindern kannst. **Dazu sind keine Vorkenntnisse erforderlich** und du kannst sie bei dir selbst und bei anderen Menschen anwenden.

Sie beinhaltet das energetische Arbeiten rund um Gaumensegel, Zungengrund, Zungenbein und vorderer Halsmuskulatur.

Darüber hinaus wird das therapeutische Behandeln im Sitzen und im Liegen vermittelt.

Praktische Übungen machen dich anwendungssicher.

Du möchtest deinen Partner / deine Partnerin gleich mit anmelden?
Na klar, gern. Trage den Namen einfach bei der Anmeldung im Warenkorb mit ein. Für deinen Partner / deine Partnerin ziehen wir **50€ Preisvorteil** bei der Rechnungsstellung/ Anmeldebestätigung ab.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
07.12.2026	09:30 - 18:00 Uhr	Dresden , Glashütter Str. 101