

## **8334 Nuad Thai Next Level - fortgeschrittene Techniken und Konzepte**

### **Erweiterung und Vertiefung**

Sie erlernen in diesem praktisch orientierten Nuad-Aufbaukurs diverse Techniken und Sequenzen, die die unterschiedlichen Körperbereiche gezielt ansprechen.

Techniken der Traditionellen Thai Körperarbeit, wie sie in Chiang Mai/Nordthailand über viele Generationen von Nuad Praktiker:innen großteils in buddhistischen Klöstern, aber auch von erfahrenen Meister:innen, entwickelt wurden.

Der Lehrgang wird in drei Modulen jeweils am Wochenende durchgeführt; ein Modul pro Monat.

Das erste Modul widmet sich dem unteren Rücken, den Hüften und unteren Extremitäten, wo viele wichtige Energielinien (SEN genannt in der Thai Healing Tradition) durchlaufen und zusammenspielen.

Im zweiten Modul gilt der ganze obere Rücken, die Schultern und der Nacken als Schwerpunkt für traditionelle Thai Techniken, die je nach Vorwissen vertieft und/oder erweitert werden.

Auch in diesem Modul lernen Sie in verschiedenen Positionen (Rücken-, Bauch-, Seitenlage und im Sitzen) speziell die obere Körperhälfte in wohltuende Entspannung zu bringen.

Im dritten Modul werden neuere, auch in der westlichen Hemisphäre weiterentwickelte dynamische Nuad Techniken behandelt, die noch sanfter sind als die traditionellen Nuad Thai Techniken und daher die Klientinnen und Klienten schneller in eine tiefe Entspannung führen können.

Zwischen den 3 Modulen sollen die erlernten Techniken in Peer Groups aneinander geübt werden.

#### **Die Trainingsinhalte:**

##### **Modul 1**

- Die zehn Energielinien der Nuad Thai
- Techniken für unteren Rücken, Hüfte und Beine

##### **Modul 2**

- Techniken für den oberen Rücken, die Schultern, Arme, Nacken und Kopf

##### **Modul 3**

- Dynamische Nuads

Erweiternde und vertiefende Techniken in Rückenlage, Bauchlage, Seitenlage und im Sitzen

#### **Die Zielgruppe:**

- Masseurinnen und Masseur, Physio- und Körpertherapeutinnen- und Therapeuten
- Yoga-Lehrer:innen, Energetiker:innen und Interessierte Personen mit Grundkenntnissen in Nuad, wie beispielsweise nach Besuch des Kurses 8339 „Nuad Thai Yoga Body Work“

#### **Mitzubringen:**

Bitte bringen Sie eine Decke und zwei Kissen mit dicker Yogamatte



Kursbuchung und weitere Details unter **8334** im WIFI-Kundenportal:

[www.wifi.at/ooe](http://www.wifi.at/ooe)

# 8334 Nuad Thai Next Level - fortgeschrittene Techniken und Konzepte Erweiterung und Vertiefung

## Die Voraussetzung:

Körperliche Beweglichkeit

## Die Trainerin:

Adelaida Atzmueller

- Nuad-Trainerin (Diplom Old Medicine Hospital, Chiang Mai, Thailand)
- viele internationale Nuad-Aus- und Weiterbildungen (u.a. Sunshine School/Thailand)
- zertifizierte Yogalehrerin, ausgebildet in Indien
- Diplom in Yoga Therapy (Yoga University Gurukul/Indien)
- zertifizierte Atemkursleiterin (Tao Health Akademie/Berlin)
- Ausbildung in Craniosakrale Biodynamik