

Theresa Siakala

Cranio Sacral Therapy | Aroma Touch

Theresa arbeitet seit rund 10 Jahren als **Craniosacral-** und **Aroma Touch Praktikerin** sowie Yogalehrerin und hilft Menschen, innere Balance und Wohlbefinden zu finden. Ihre Arbeit verbindet ein tiefes Verständnis von Körper und Geist mit einer liebevollen Herangehensweise. In ihrer Freizeit lebt sie ihre Kreativität in der Malerei aus und findet Inspiration in der Musik, die ihr ebenfalls am Herzen liegt. Ihr Leben ist geprägt von der Verbindung zwischen Heilung, Achtsamkeit und künstlerischem Ausdruck.

Craniosacrale Körperarbeit ist eine sanfte, manuelle Methode, die sich auf das Craniosacrale System des Körpers konzentriert. Durch zarte Berührung werden Verspannungen gelöst, die Selbstheilungskräfte aktiviert und das Nervensystem harmonisiert. Es unterstützt das körperliche und emotionale Wohlbefinden und eignet sich besonders zur Stress-, Schmerz- und Trauma verarbeitung.

Die **Aroma-Touch-Technik** ist eine sanfte Massagemethode, bei der ätherische Öle entlang der Wirbelsäule und der Füße aufgetragen werden. Es fördert die Entspannung, stärkt das Immunsystem und bringt Körper und Geist ins Gleichgewicht. Jedes Öl hat eine spezifische Wirkung, z.B. zur Entspannung, zur Stärkung des Immunsystems oder zur Förderung der Durchblutung. Die Methode hilft, Stress abzubauen, die Selbstheilungskräfte des Körpers zu aktivieren und das Nervensystem ins Gleichgewicht zu bringen.

Theresa has been working as a **craniosacral** and **aroma touch practitioner** as well as a yoga teacher for around 10 years and helps people find inner balance and well-being. Her work combines a deep understanding of the body and mind with a loving approach. In her free time, she lives out her creativity through painting and finds inspiration in music, which is also close to her heart. Her life is shaped by the connection between healing, mindfulness and artistic expression.

Craniosacral bodywork is a gentle, manual method that focuses on the body's craniosacral system. Through delicate touch, tensions are released, the self-healing powers are activated and the nervous system is harmonized. It supports physical and emotional well-being and is particularly suitable for stress, pain and trauma processing.

The **Aroma Touch Technique** is a gentle massage method in which essential oils are applied along the spine and feet. It promotes relaxation, strengthens the immune system and brings body and mind into balance. Each oil has a specific effect, e.g. for relaxation, to strengthen the immune system or to promote blood circulation. The method helps to reduce stress, activate the body's self-healing powers and create balance in the nervous system.



Albena Shopova

Access Bars | Access Body Processes

Neben ihrer Arbeit für internationale Unternehmen hat Albena in den letzten 18 Jahren verschiedene ganzheitliche Wellbeing - Methoden erlernt. Seit 2016 praktiziert und unterrichtet sie **Access Bars & Access Body Processes** – Teil der innovativen praktischen, sanften, vielfältigen, dynamischen und pragmatischen **Access Consciousness**-Methoden für mehr geistiges & körperliches Wohlbefinden.

Klienten geben oft Rückmeldung, dass sie sich entspannter, erholter, kreativer, produktiver und energiegeladener fühlen; Dass sie mehr Gelassenheit und Lebensfreude empfinden und dass sie mehr Vitalität, einen klareren Kopf, Präsenz, besseren Schlaf, gesteigertes Wohlbefinden und vieles mehr genießen. Die Methoden werden häufig in Unternehmen, Schulen und Sportvereinen als Burnout-Prävention, sowie im Stress- oder Leistungsmanagement eingesetzt.

Bei der **Access Bars**-Sitzung handelt es sich um eine sanfte Berührung von 32 Punkten am Kopf. Die Berührung löst Stressfaktoren, beruhigt Gehirnwellenmuster, erhöht die Gehirnkohärenz und sorgt in kurzer Zeit für tiefe Entspannung.

Die **Access Body Processes**-Sitzung beinhaltet sanfte Berührungen bekleideter Körperbereiche und stimuliert die Selbstheilungskräfte, bringt den Körper zum „Schnurren“ und fördert das körperliche Gleichgewicht.

Alongside working for international companies, Albena learnt various holistic wellbeing methods over the last 18 years. Since 2016 she has been practicing and teaching **Access Bars & Access Body Processes** - part of the innovative practical, gentle, diverse, dynamic and pragmatic **Access Consciousness** methods for more mental & physical wellbeing.

Clients often give feedback that they feel more relaxed, rejuvenated, creative, productive, energized, that they feel more serenity and joy in and towards life, that they have more vitality, clearer head, presence, better sleep, increased well-being and much more. The methods are often used in companies, schools, sports clubs as burnout prevention, stress or performance management.

The **Access Bars Session** is a gentle touch on 32 points on the head - releasing stressors, calming brain wave patterns, increasing brain coherence and creating deep relaxation in short time.

The **Access Body Processes Session** entails gentle touch on clothed areas of the body. It stimulates self-healing energies, makes the body 'purr' and promotes physical balance.



Elke Kouba

Energetics + Trance | Nutrition coach | Nuad

Elke ist sportlich, empathisch und hat ein sonniges Gemüt. Durch Fortbildungen im Bereich Ernährung, Bewegung und Regeneration erfasst sie den Menschen als Ganzes. Sie lebt ihre Berufung um Menschen auf ihrem Weg zu begleiten und zu unterstützen.

Als **Energetikerin und Trance Medium** werden kraftvolle und lichtvolle Energien in Elke gelenkt. Sehr entspannend für Menschen die schwer zur Ruhe kommen. Dabei liegst du auf der Liege und genießt die sanften Berührungen während sie in einen tranceähnlichen Zustand geht. Chronische oder akute körperliche, sowie seelische Beschwerden können gelöst und Selbstheilungskräfte aktiviert werden.

Als **Ernährungscoach** unterstützt sie bei Gewichtsreduktion und typgerechter Ernährung die schmackhaft und gut umzusetzen ist. Durch Austesten von Hauptnahrungsmitteln und deren Verträglichkeit werden versteckte Ursachen für Störungen aufgefunden und behoben, sowie energetisches Ungleichgewicht ausbalanciert. Daraus folgt eine Verbesserung des Gesundheitszustandes und Stress wird abgebaut. Auf Wunsch werden Nahrungsergänzungsmittel ausgetestet, um den Herausforderungen im Leben besser Stand zu halten.

Als **NUAD practitioner kombiniert mit Energetik** verhilft dir Elke durch spezielle Griff- & Drucktechniken sowie passiven Dehnen zu Regeneration und Leistungsoptimierung. Dadurch ergibt sich eine Verbesserung der Beweglichkeit, lösen von Energieblockaden und Tiefenentspannung. Es wirkt wohltuend auf Körper und Nervensystem, sodass du in deine Balance kommen kannst.

Elke is sporty, empathetic and has a sunny disposition. Through trainings in the areas of nutrition, exercise and regeneration, she understands people as a whole. She lives her calling to accompany and support people on their path.

As an **energetic and trance medium**, powerful and light energies are channeled into Elke. Very effective for people who find it difficult to relax. You lie on the lounge and enjoy the gentle touch while she goes into a trance-like state. Chronic or acute physical and mental complaints can be resolved and self-healing powers can be activated.

As a **nutrition coach**, she supports weight loss and type-appropriate nutrition that is tasty and easy to implement. By testing main foods and their compatibility, hidden causes of disorders are identified and eliminated, and energetic imbalances are balanced. This results in an improvement in health and stress is reduced. If desired, nutritional supplements can be tested to better cope with the challenges in life.

As a **NUAD practitioner combined with energetics**, Elke helps you regenerate and optimize performance through special grip and pressure techniques as well as passive stretching. This results in an improvement in mobility, release of energy blockages and deep relaxation. It has a beneficial effect on the body and nervous system so that you can achieve balance.



Ursula Riedl

Bioresonance

Ursula ist seit 2017 als **Bioresonanz-Praktikerin** tätig. Der selbst erlebte nachhaltige Erfolg der Methode hat sie derart überzeugt, dass sie heute die moderne **Holosan® Bioresonanz-Technologie** und ihre langjährige Erfahrung nutzt, um anderen ganzheitlich und auf natürliche Weise zu einer Verbesserung ihrer Lebensqualität zu verhelfen.

Ihre Klienten berichten von positiven Ergebnissen und sie ist überzeugt: **Bioresonanz** kann dazu beitragen, die Beschwerden auf natürliche Weise zu lindern.

Fühlst du dich **ständig gestresst**? Machen dir **Allergien** das ganze Jahr über zu schaffen? Leidest du regelmäßig unter **Verdauungsproblemen**? Erschweren dir **Kopfschmerzen** das klare Denken? Gehst du von einem **Infekt** zum nächsten? Und du hast schon alles Mögliche versucht? Dann lass dir von Ursula helfen! Sie freut sich darauf, ihre Kunden zu mehr Wohlbefinden zu führen!

In ihrer Freizeit beschäftigt sie sich leidenschaftlich mit Kunst und Kultur und findet in der Restaurierung von Antiquitäten einen erfüllenden Ausgleich.

Ursula has been working as a **bioresonance** practitioner since 2017. The lasting success she personally experienced with the method convinced her so profoundly that she now combines the modern **Holosan® bioresonance technology** with her many years of experience to help others holistically and naturally improve their quality of life.

Her clients report positive results, and Ursula is convinced: **Bioresonance** can help relieve discomfort naturally.

Do you feel **constantly stressed**? Are **allergies** bothering you all year round? Do you regularly experience **digestive issues**? Do **headaches** make clear thinking difficult for you? Are you going from one **infection** to the next? And you have tried everything possible? Then let Ursula help you! She is looking forward to guiding her clients to **greater well-being!**

In her free time, she is passionate about art and culture and finds a fulfilling balance in the restoration of antiques.



Juli Gabor

Ilan Lev method

Die **Ilan-Lev-Methode** zielt darauf ab, die menschlichen Fähigkeiten zu verbessern und funktionelle Schwierigkeiten zu beseitigen. Es behandelt auch motorische Störungen und geistige Einschränkungen. Die Behandlung löst Durchblutungsstörungen, lindert Schmerzen, Skelett- und Gelenkprobleme usw. In der Sitzung wird der Körper des Patienten sanft bewegt, wodurch ein reichhaltiger und nachdenklicher Dialog zwischen dem Behandler und dem Patienten entsteht. Die Bewegung kehrt zu Körperteilen zurück, an denen die Kommunikation aufgrund von Verletzungen, Schmerzen oder emotionalen Problemen unterbrochen oder gestoppt wurde. Der Dialog innerhalb des gesamten Systems wird wiederhergestellt. Die Sitzung ist intensiv, bietet endlos neues Material und ermöglicht den Erwerb neuer Erkenntnisse beim Patienten. Während ihres Aufenthalts in Dänemark lernte Juli die Massage und begann intensiv mit deren Durchführung. Mittlerweile verfügt sie über mehr als 10 Jahre Erfahrung und arbeitet seit März 2022 im Team Wellbeing Solutions, wo sie jeden Mittwoch fantastische Behandlungen im Massageraum 1 durchführt.

Juli praktiziert die **Ilan Lev Methode** seit fast 10 Jahren, immer mit erstaunlichen Ergebnissen, besonders wenn sie regelmäßig angewendet wird. Nach einiger Zeit ist es möglich, die Bewegungssprache und die Prinzipien zu integrieren und zur Selbstbehandlung überzugehen. Die Sitzung findet vollständig bekleidet statt. Bitte schaue daher, dass du etwas Bequemes an hast oder mitbringst, z. B. lange Baumwollhosen und ein bequemes Oberteil.

The **Ilan Lev method** works towards improving human capabilities and removing functional difficulties. It also treats motor dysfunction and mental limitations. The treatment resolves body-circulation issues, relieves pain, skeletal and joint problems, etc.

In the session the patient's body is gently moved, creating a rich and thoughtful dialogue between the practitioner and the patient. Movement returns to parts of the body where communication was cut off or stopped due to injury, pain, or emotional issues. Dialogue within the whole system is restored. The session is intensive, with endless new material and allows new knowledge to be acquired within the patient. Juli learnt and started giving massage treatments intensively whilst living in Denmark. Meanwhile she has more than 10 years of experience and has been working in Team Wellbeing Solutions since March 2022, giving fantastic treatments each and every Wednesday in Massage room 1.

Juli has been practicing the **Ilan Lev method** for almost 10 years, always with amazing results, especially if given regularly. After a while it is possible to integrate the movement language and the principals and change to treating oneself.

The session is being done fully clothed, so make sure to wear or bring something comfortable, like cotton long sweatpants and shirt.



Photocredit: Theresa Kaufmann

