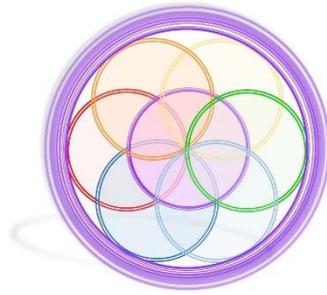


# Praxis Saskia Richter

Kinesiologie  
Systemische Arbeit  
Kieferbalancen



„Der Körper ist die Übersetzung  
der Seele ins Sichtbare.“

Christian Morgenstern

## Warum Kinesiologie?

Weil wir damit schnell zum Ziel kommen und zwar punktgenau. Kinesiologie ist:

- effektiv und sehr individuell
- baut Blockaden und Stressreaktionen ab
- fördert eigene Potenziale und Wohlergehen
- verbessert Leistungsfähigkeit, Gesundheit und Lebensqualität

Mein Handwerkszeug ist der Muskeltest.

Damit „befrage“ ich den Körper was ihn belastet und mit welcher geeigneten Technik dies aufgelöst werden kann. Dies

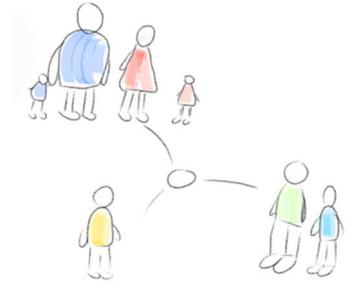


funktioniert sehr klar und effektiv, da alle von uns gemachten Erfahrungen im Nervensystem und im Zellgedächtnis gespeichert sind. Zum Abbau und Ausgleich der Blockaden stehen mir sehr unterschiedliche Techniken zur Verfügung, die individuell abgestimmt werden.

## Was ist Systemisches Arbeiten?

Es bedient sich der Methode der Aufstellung. Der Klient bringt dabei ein inneres Bild eines Themas nach außen und macht es sichtbar. Solange dieses aufgestellte System Probleme/Symptome macht, ist es mühsam, sein Leben grundsätzlich zu verändern oder zu verbessern. Durch das sichtbar machen können

mögliche Blockaden, Konflikte, Verstrickungen aber auch ungenutzte Potenziale und Möglichkeiten erkannt und ausbalanciert werden.



Wir arbeiten hier in der Herkunftsfamilie, Gegenwartsfamilie oder an Stressmustern und negativen Glaubenssätzen, die sich umwandeln lassen in Potentiale der Kraft und Liebe hin zu Wohlergehen und Leichtigkeit. Ich mag diese Methode, weil sie besonders achtsam ist und anhaltend wirkt. Wir arbeiten dabei in einem Einzelsetting und benötigen nicht unbedingt andere Personen.

Ich bediene mich der traditionellen östlichen Energielehre und modernem westlichen Erfahrungswissen. Beides bietet mir ein breites Spektrum an Hilfsmitteln um das Gleichgewicht von Körper, Geist und Seele wieder herzustellen.

### Mein Angebot

- ⊙ **Kinesiologische Balance**  
ganzheitlich und individuell abgestimmt
- ⊙ **Systemische Aufstellung in Einzelarbeit**  
bei Bedarf und/oder Wunsch sind auch offene Abende möglich
- ⊙ **Abendkurse**  
z.B. 7-teiliger Chakren-Balance-Kurs
- ⊙ **Frühkindliche Reflexe**  
ich teste und bearbeite frühkindliche Reflexe
- ⊙ **R.E.S.E.T. – Kieferbalance**  
zwei Balancen à la 45 Minuten werden im Abstand von ca. einer Woche empfohlen
- ⊙ **Bachblüten, Runen und andere**  
Energiehelfer im Sinne der Energiemedizin

## R.E.S.E.T. Kieferbalance

Beißt Du Dich durchs Leben? Knirschst Du Dich durch die Nacht?

Schon kleinste Verspannungen der Kiefermuskeln können (Kopf-)Schmerzen, verspannten Muskeln, Nacken- o. Rückenbeschwerden führen sowie einen negativen Einfluss auf Haltung, Schlaf und Wohlbefinden haben. Das Kiefergelenk ist über die Schädelknochen und die harte Hirnhaut mit dem gesamten Wirbelkanal verbunden und beeinflusst Skelett,



Muskeln, Meridiane und Nervensystem. Verspannungen im Kiefergelenksystem können sich daher im gesamten Körper auswirken.

**Die Kiefermuskeln halten Spannung und Stress fest. Auch über viele Jahre!**

Mit R.E.S.E.T. werden die Kiefermuskeln durch sanftes Berühren entspannt und das Kiefergelenk ausgeglichen. Bereits nach der ersten Anwendung ist dies zu spüren. Es optimiert die Selbstheilungskräfte und führt zu grundlegenden Verbesserungen im gesamten Körpersystem. Grundsätzlich werden zwei Kieferbalancen im Abstand von ca. einer Woche empfohlen. Im Akutfall sind auch mehrere kurze, individuelle Sequenzen hilfreich.

**Balancierter Kiefer – Balancierter Körper**

**Kiefergelenkbalance nach Philip Rafferty**  
R (Rafferty) E (Energie) S (System) zur E (Entlastung) des T (MJ) (TMJ = Kiefergelenk)

### Für Menschen jeden Alters

- ∞ in Sinnkrisen und Lebenskrisen
- ∞ auf dem Weg in Burn-Out u. Depression
- ∞ bei Partnerschaftsproblemen
- ∞ bei Herausforderungen in Familien
- ∞ bei Schwierigkeiten in der Schule, ADS, ADHS, Legasthenie, Dyskalkulie
- ∞ für Konzentration und Lernen in jedem Alter
- ∞ zur Prüfungsvorbereitung
- ∞ bei Mobbing und Aggressionen
- ∞ bei allen Arten von Ängsten
- ∞ bei Hochsensibilität (HSP) und Autismus
- ∞ auf der Suche nach dem eigenen Lebenszweck
- ∞ bei Entscheidungsschwierigkeiten und zum Finden von Lösungen
- ∞ bei der Bewältigung von Krankheiten
- ∞ zur Gesundheitsprophylaxe
- ∞ zur seelischen Unterstützung medizinischer Behandlungen
- ∞ zur Unterstützung bei Trauer u. Verlust
- ∞ als Begleitung beim Gehen neuer Wege
- ∞ Kieferprobleme, Kopfschmerzen, Migräne



### Termine nach tel. Vereinbarung

☎ 0151-7003 7013

Ich bediene mich lösungsorientierter u. effektiver Kurzzeitverfahren, somit ist auch nach wenigen Sitzungen ein gutes Resultat spürbar.

**Ich arbeite so kurz wie möglich und so lange wie nötig.**

Kieferbalance (Dauer ca. 45 min.)	55,- EUR
Kinesiologische Balance (je Stunde, Dauer ist individuell)	75,- EUR
Systemische Arbeit (je Stunde, Dauer ist individuell)	75,- EUR



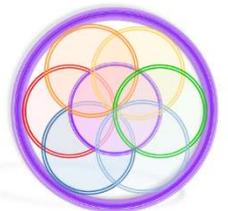
### Praxis Saskia Richter

Kinesiologie  
Systemische Arbeit  
Kieferbalancen

mein Praxisraum befindet sich in der  
Zeppelinstr. 3  
08451 Crimmitschau

☎ 0151-7003 7013

Termine nach telefonischer Vereinbarung



mehr Informationen unter:

[www.reset-und-balance.de](http://www.reset-und-balance.de)

#kinesiologieraum

E-Mail: [kinesiologieraum@gmail.com](mailto:kinesiologieraum@gmail.com)