

Thai Yoga Massage Grundkurs in Langenbruck, Baselland

8-tägige Grundausbildung mit Chönzom Emchi
in der Traditionellen Thai Yoga Massage

Kursblock I 29.5. – 1.6.2025

Kursblock II 3.7. – 6.7.2025

Inkl. Lehrmittel
und Zertifikat
des Intl. Sunshine
Network



Das Seminarhaus Kilchzimmer in Langenbruck – in wunderschöner Alleinlage unterhalb der Belchenflue.

Die Grundlage der Thai-Massage basiert auf dem Konzept unsichtbarer Energielinien, die durch den Körper verlaufen. Hier zeigt sich der indische Ursprung: Die Yoga-Philosophie besagt, dass Lebensenergie (Prana) mit der Luft, die wir atmen, und der Nahrung, die wir zu uns nehmen, aufgenommen wird. Entlang eines Netzwerks von Energielinien, den Prana Nadis, wird der Mensch mit dieser vitalen Energie versorgt. Die Thai-Massage hat 10 Hauptlinien (Sip Sen) ausgewählt, an denen wichtige Akupressurpunkte liegen. Das Massieren dieser Linien ermöglicht die Behandlung von Krankheiten und die Linderung von Schmerzen.

Die Gabe der Massage ist eine Ausdrucksform von Metta, dem Pali-Wort aus dem Theravada-Buddhismus, das «liebende Güte» bezeichnet. Für unsere Praxis ist diese Haltung und das tiefe spirituelle Verständnis, Grundlage und Ausgangspunkt, um mit Hingabe die Heilkraft dieser Massage zu entfalten – für beide, empfangende und gebende Person.

*«Seit über 30 Jahren widmen wir uns der Thai Yoga Massage, dem Yoga, Tai Chi und der Meditation. Unsere Motivation ist es, dir zu helfen, einen Raum der Entspannung und Gelassenheit zu schaffen. Körper, Geist und Seele in deinen Alltag zu integrieren, ihn zu bereichern, um in Harmonie mit dir selbst und deinem Umfeld das Leben zu geniessen – eine intelligente Option in turbulenten Zeiten.»
Chönzom & José*



Kursinhalt



Kursblock I

Donnerstag, 29. Mai 2025
Beginn um 9 Uhr
bis Sonntag, 1. Juni 2025
Ende ca. 17.30 Uhr

Inhalte:

- Korrekte Körperhaltung
- Anwendung der Übungen
- Theorie & Praxis
- Vorbereitung auf Kursblock II

Kursblock II

Donnerstag, 3. Juli 2025
Beginn um 9 Uhr
bis Sonntag, 6. Juli 2025
Ende ca. 17.30 Uhr

Inhalte:

- Vertiefung Übungen Block I
- Therapeutische Anwendungen
- Durchführung einer 2 Std. Massage
- Coaching & Feedback
- Abschluss & Zertifikat

Tagesablauf

7.00 Uhr Meditation und Yoga (exkl. 1. Tag)
8.30 Uhr Frühstück
10.00 Uhr Thai Yoga Massage Theorie und Praxis
13.30 Uhr Mittagspause
15.00 Uhr Thai Yoga Massage Theorie und Praxis
19.00 Uhr Abendessen
Abendprogramm variabel: Qi-Gong und Tai Chi,
meditative Spaziergänge, Mantras, Singen, Tanzen

Kosten

Kursblock I & II plus Unterkunft inkl. Vollverpflegung V/VG
(6 Übernachtungen): im 2- oder 3-Bett-Zimmer CHF 1928.-,
im EZ CHF 2024.-

Weiter enthalten sind:

- Lehrmittel
- Kurszertifikat des Intl. Sunshine Network
- täglich Meditation und Yoga
- Qi-Gong, Tai Chi, Mantras und Chanting

Mitbringen

Bitte bring deine eigene Yogamatte mit und evtl. eine Decke.

Infos & Buchung

Julia Frank, Seminarhaus Kilchzimmer
E-Mail: kurse@seminarhaus-kilchzimmer.ch
Telefon: +76 511 24 22

Plätze und Anzahl Zimmer für diese Ausbildung sind limitiert.
Damit wir optimal planen können, bitten wir dich um deine verbindliche Anmeldung möglichst bis Ende März 2025.
Vielen Dank!

www.seminarhaus-kilchzimmer.ch

Du erlernst:

- die korrekte Anwendung der facettenreichen Techniken dieser Heilkunst: Daumen-Handballendruck, die Arbeit mit den Unterarmen, Knien und Füßen, Dehn- und Streckübungen, Kompression und Klopftechniken
- therapeutische Akkupressurpunkte und die Bearbeitung der 10 Haupt-Energielinien (Sip Sen), Kontraindikationen
- korrekte Körperhaltungen als behandelnde Person: in Rücken-, Bauch-, Seitenlage und in sitzender Position
- den ganzen Körper zu behandeln; von den Füßen bis zum Kopf
- Meditation & Yoga als integrierte Bestandteile der Thai Yoga Massage



Chönzom Emchi ist tibetischen Ursprungs und wurde 1964 in Indien geboren. Seit 1990 widmet sie sich der Thai Yoga Massage. Den «nördlichen» Stil erlernte sie im Chiang Mai Hospital, den «südlichen» im Wat Pho Tempel in Bangkok. 1996 kam sie zu den Lehren von Asokananda und arbeitete als seine Assistentin im International Sunshine Network Zentrum. Seit über 20 Jahren ist sie Ausbilderin für das International Sunshine Network (www.asokananda.com/teacherslist.com) und gibt Kurse in verschiedenen Ländern. Chönzom lehrte als eine der ersten LehrerInnen die Thai Yoga Massage (Asokanandas Stil) in der Schweiz, autorisiert vom International Sunshine Network. Heute führt sie gemeinsam mit José das Sunshinehouse in Cartagena (Spanien). Sie ist ebenfalls ausgebildet in Tibetischer Massage (Ku Nye), Fussreflexzonen Massage, Reiki und unterrichtet Tai Chi. Kreatives Gestalten und Tanzen sind ihre Leidenschaften.

José Antonio Díaz Luis ist Yogalehrer mit mehr als 20 Jahren Erfahrung, AEPY-Absolvent, Sprachlehrer (Englisch, Französisch & Deutsch) und Coach. Kochen und Musik sind seine Leidenschaften. José wird morgens Meditation und Yoga anleiten und das Abendprogramm begleiten.

