

Alle unsere Kurse und Workshops
finden hier statt:

Institut Horizont
Trauttmansdorffgasse 19/8
1130 Wien

7 Gehminuten von U4 Hietzing bzw.
eine Strassenbahnstation 60 & 62
(dann 2 Gehminuten)

Für Anmeldung und Fragen zu den
Kursen kontaktieren Sie bitte die
Kursleiter/innen.

Details zu den Kursen finden Sie auf
unserer Homepage
www.horizont-institut.at

Institutsleiterinnen
Mag. Barbara Strasser
0676 474 16 84
Dr. Gabriele Knappitsch
0699 195 70 449
www.horizont-institut.at

Therapien – Ordination – Einzelstunden

PSYCHOTHERAPIE

Mag. Barbara Strasser / 0676 47 41 684 / bs.horizont@gmx.at
Jugendliche & Erwachsene / Deutsch, Französisch, Englisch, Ital.
Dr. Gabriele Knappitsch / 0699 19 57 04 49 / gk@horizont-institut.at / Jugendliche & Erwachsene
Constanze Hölzl MSc / 0676 53 83 489 / constanzehoelzl@hotmail.com / www.constanzehoelzl-psychotherapie.com /
Integrative Gestalttherapie

PSYCHIATRIE

Dr. Robert Walter-Herz / 06642801624 / Facharzt für Psychiatrie
Psychotherapeutische Medizin und Neurologie / Wahlarzt /
Termine nach Vereinbarung

KÖRPERKLUG BEWEGEN

entspannte Wirbelsäule / körperklug bewegen / ökonomisch
leichter laufen

Mag.a Britta Lindenbauer / 0650 528 00 10 / koerperklug@lindenbauer.com

SCHAMANISCHE EINZELSITZUNGEN UND YOGA-EINZELUNTERRICHT

Erwachsene/ Kinder und Jugendliche

Brigitta Kuhn / office@yoga-schamanismus.at / www.yoga-schamanismus.at

REIKI UND COACHING / REIKI

Annette v. Hinte-Gruber / 0680 21 58 754 / annettevhg@hotmail.com
Anna Schabasser / 0699 19 21 93 31 / anna.schabasser@chello.at

COACHING / MENTORING

Mag. Kathrin Hansen / 0664 847 86 58 / kathrin.hansen@hochform.at
www.hochform.at / www.hochform.at / Karriereberatung & Coaching

HUMANENERGETIK & BOKOSMETIK & LOMI LOMI NUI

Shinobu Zhuber-Okrog / 0676 76 04 231 / shinobu.zhuber@gmail.com



HORIZONT-INSTITUT.AT
PSYCHOTHERAPIE | REIKI
MEDITATION | YOGA |
SCHWANGERENYOGA
MUTTER-KINDYOGA |
KOERPERKLUG | COA-
CHING | SCHAMANIS-
MUS | BOKOSMETIK |
KINESIOLOGIE

Unsere aktuellen Kurse, Seminare, Vorträge und
Workshops sind auf unserer Homepage ersichtlich.
Institut für Körper & Psyche,
Trauttmansdorffgasse 19/8, 1130 Wien
www.horizont-institut.at

Unsere Kurse ab Februar 2023

MONTAG

• 17:00-18:30

Traditionelles Hatha-Yoga für Geübte

10-Wochenkurs,
Beginn 17.04.

• 19:00-20:30

Traditionelles Hatha-Yoga für die Wirbelsäule für Anfänger und Geübte

10-Wochenkurs,
Beginn 17.04.

mit Brigitta Kuhn (DKKS)

office@yoga-schamanismus.at
www.yoga-schamanismus.at

DIENSTAG

• 10:00-12:00

Mummy&me nach Brigitta Kuhn

Yoga für Mama & Baby, Baby-massage u. professionelle Babyberatung (Stillberatung, Beikost, sicheres Schlafen, Gesäßpflege usw.)
10-Wochenkurs,
Beginn 28.03.

mit Brigitta Kuhn (DKKS)

office@yoga-schamanismus.at
www.yoga-schamanismus.at

• 17:00-18:30

Entspannte Wirbelsäule

Einzelstunden
nach Vereinbarung

• 18:45-20:00

Elastische Faszien + Beweglichkeit

(Dehnen, Schwingen, Federn
- mit Musik)

ab 17.01. / 10 mal
Kursquartale

mit Britta Lindenbauer

0650 528 00 10
koerperklug@lindenbauer.com
www.koerperklug.com

MITTWOCH

• 16:00-18:30

Entspannte Wirbelsäule

Einzelstunden
nach Vereinbarung

• 18:45-20:00

Federleichte Augen-Entspannung (gesund*erholsam*energievolles Sehen)

ab 18.01. / 10 mal

mit Britta Lindenbauer

0650 528 00 10
koerperklug@lindenbauer.com
www.koerperklug.com

DONNERSTAG

• 07:30-08:30

Ökonomisch leichter laufen!

wichtige Lauf-Bewegungstipps für
Laufinteressierte (0-10 KM)
14-tägig, im Park
April-Juni / 6 mal

mit Britta Lindenbauer

0650 528 00 10
koerperklug@lindenbauer.com
www.koerperklug.com

• 17:00-18:30

Schwangerenyoga für Körper, Geist und Seele

10-Wochenkurs, Beginn 20.04.

mit Brigitta Kuhn (DKKS)

office@yoga-schamanismus.at
www.yoga-schamanismus.at

• 18:30-19:30

Fortsetzung Fitness + Muskelkräftigung

(langsam aufbauend)
1.Quartal ab 19.01. / Online
2.Quartal / Online oder Park

mit Britta Lindenbauer

0650 528 00 10
koerperklug@lindenbauer.com
www.koerperklug.com

• 19:00-20:30

Traditionelles Hatha-Yoga für Geübte

10-Wochenkurs,
Beginn 20.04.

mit Brigitta Kuhn (DKKS)

office@yoga-schamanismus.at
www.yoga-schamanismus.at

FREITAG

• 15:30-16:15

KinderTanzStunden

Über Tanzimprovisation
eigene Bewegungen erweitern,
das Rhythmusgefühl schulen,
den Körper kennenlernen.
Für Kinder ab 10 bis 12 Jahren.
Fast jeden Freitag

mit Linda Baburek

0699 10 93 75 98
linda.baburek@gmail.com

Seminare / Workshops

• Soundhealing, Meditation, Intuitive Healing

22.01. / 26.02. / 26.03.2023

mit Monica Messner / 0676 7610 767

www.soundismedicine.at

• Schamanische Jahresgruppe „Medizin des Regenbogenjaguars“

30.03.-02.04. in Kärnten/03.- 04.06./19.- 20.08./19.-22.10. in Kärnten/02.-03.12.

Erlerne traditionelles schamanisches Wissen um in deine Kraft zu kommen.

• Schamanische Heilkreise

17.03. / 05.05. / 28.07.

freitags 18:30-21:30

• Die Medizinkraft der Frau - ein schamanischer Tag für Frauen über das „alte Wissen“ von der Gebärmutter

18.02. von 10:00-19:00

• Schamanische Trommelreise zu deinem Krafttier „Von der Bärenmedizin und der Schlangenkraft“

24.02. und am 18.08. von 18:30-20:30

• Die Magie des Räucherns in Theorie und Praxis

04.03. von 16:00-19:00

• Schamanisches Heilyoga - eine Kombination aus traditionellem Hatha-Yoga und traditionellem Schamanismus (Keine Vorkenntnisse notwendig!)

28.04. und 30.06. von 18:00-20:00

• Schamanische Trommelreise zur Hüterin deiner Gebärmutter „Von der Magie und dem Zauber, der deiner Gebärmutter innewohnt“

02.06. von 18:30-20:30

• Schamanische Trommelreise zum Mondtier (nur für Frauen!)

21.07. von 18:30-20:30

• Yoga-Workshop „Die Kraft der Sonne“ - Asana, Atem, Meditation und Yogaphilosophie

23.07. von 09:00-13:00

mit Brigitta Kuhn

office@yoga-schamanismus.at / www.yoga-schamanismus.at

weitere Infos unter www.horizont-institut.at