



Burn Out & Nervensystem



Cranio Biodynamische Fachfortbildung mit Tanja Thiry

30. & 31. Mai 2026

Vereinshaus „Alte Schule“ Allentzgschwendt / Waldviertel

Burn Out – regelrecht ausgebrannt und ohne Kraft steht der Mensch in den Trümmern seines Lebens und durchlebt einen Zustand von kompletter physischer wie auch psychischer Erschöpfung.

Dass die gesamten Körpersysteme aus dem gesunden Gleichgewicht geraten und die Energiereserven aufgebraucht sind, liegt in der Natur des Erschöpfungssyndroms. Allzu lang hat der Organismus durchgehalten, musste immer wieder über seine Grenzen gehen, um nun vollends zusammenzubrechen.

Der Weg zurück in die Kraft ist oft langwierig, doch Cranio und insbesondere ihre Biodynamischen Aspekte können uns dabei wirkungsvoll unterstützen.

Perlen dieses Seminars:

- Ein intaktes Nervensystem als Garant für Gleichgewicht und Regulation
- Grundlegende Erkenntnisse zu Burn-out und Posttraumatischem Belastungssyndrom (PTBS) und die Rolle von Cranio
- Der „alte Vagus“ und der „neue Vagus“ – die Polyvagale Theorie
- Praktische Biodynamische Ansätze und Cranio-Techniken für die Ausgleichszentren zwischen Herz, Gehirn und Autonomen Nervensystem.
- Schlafstörungen und Einfluss von Cranio auf unsere Schlafqualität
- Gesunde Grenzen und rechte das rechte Mass – eine Frage der Persönlichkeit?

Anmeldung & Infos:

TANJA THIRY HERZ IM RHYTHMUS

Mail: thirytanja@gmail.com Tel: 0664 999 14803

Unterrichtszeiten:

9.30 – 12.00 & 14.00 – 17.00

Kostenbeitrag:

384.- Euro (Inkl 20 % Mehrwertsteuer)