

ΔΙΕΤΕΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

REBIRTHING
BREATHWORK

Ananda Rebirth Training
Level 1 & Level 2



"Το στρες, οι καταπονήσεις και τα τραύματα της καθημερινότητας στη διαδικασία της εργασίας και της ζωής, τείνουν να αναστέλλουν την αναπνευστική μας ικανότητα."

Leonard Orr





Γενικά

Η Επαγγελματική Εκπαίδευση Rebirthing Breathwork πραγματοποιείται δια ζώσης στο Ananda Healing που βρίσκεται στους Αγίους Αναργγύρους.

Αντικείμενο εκπαίδευσης:

Το Πρόγραμμα παρέχει πλήρη επαγγελματική εκπαίδευση στην πρακτική του Rebirthing Breathwork. Ξεκινά με μία εισαγωγή στην έννοια της Συνειδητής Αναπνοής, την φυσιολογία της αναπνοής και την ανατομία του ενεργειακού σώματος.

Επιπλέον στην εκπαίδευση εμπεριέχονται ασκήσεις δημιουργικής ψυχολογίας, αναπνευστικές ασκήσεις, πρακτική σε κανονικές συνεδρίες με την πρακτική του Rebirthing.



Rebirthing Breathwork Συνειδητή Ενεργειακή Αναπνοή

Το Rebirthing Breathwork είναι μια θεραπευτική μέθοδος που χρησιμοποιεί συνειδητή συνδεδεμένη αναπνοή που προκαλεί βαθιά χαλάρωση και μια διευρυμένη κατάσταση συνειδητότητας. Ο Ιδρυτής Leonard Orr ανέπτυξε και δίδαξε αυτή τη μέθοδο να χρησιμοποιείται σε μεμονωμένες συνεδρίες με έναν εκπαιδευμένο επαγγελματία Rebirthing Breathwork. Όταν το σώμα αισθάνεται ασφαλές, το μυαλό αισθάνεται ασφαλές.

Η παρουσία του συντονιστή προσθέτει ένα άλλο επίπεδο ασφάλειας. Η ανώτερη κατάσταση της συνειδητότητας επιτρέπει μια πιο διευρυμένη προοπτική με πρόσθετη αντικειμενικότητα και ουδετερότητα. Αυτός ο συνδυασμός επιτρέπει στο άτομο να αισθάνεται αρκετά ασφαλές, ώστε να βγαίνουν στην επιφάνεια άλυτα συναισθήματα και αναμνήσεις. Η αναπνοή κινεί ζωτική ενέργεια και μετουσιώνει όποιες αισθήσεις και συναισθήματα προκύπτουν. Μέχρι το τέλος της συνεδρίας, οι περισσότεροι άνθρωποι βιώνουν βαθιά γαλήνη, ευεξία και διαύγεια



Δομή & Διάρκεια Εκπαίδευσης

Η Επαγγελματική Εκπαίδευση Rebirthing Breathwork είναι διετής και είναι χωρισμένη σε 2 Εκπαιδευτικά Προγράμματα: Το Ananda Rebirth Training Level 1 και το Ananda Rebirth Training Level 2. Το κάθε Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα αποτελείται από 9 εντατικά εκπαιδευτικά σεμινάρια σε προκαθορισμένες ημερομηνίες. Τα σεμινάρια πραγματοποιούνται: Σάββατο & Κυριακή 10:00 - 19:00 μία φορά τον μήνα. Για τη συμμετοχή στο Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα Ananda Rebirth Training Level 2 είναι απαραίτητη η ολοκλήρωση του Προγράμματος Ananda Rebirth Training Level 1.

Μετά την ολοκλήρωση του Level 1, οι σπουδαστές μπορούν να κάνουν πρακτική ως βοηθοί στον συντονισμό στις ανοιχτές ομάδες Breathwork ή στα ομαδικά εργαστήρια Breathwork που πραγματοποιούνται σε όλη τη διάρκεια του έτους. Το πρόγραμμα περιλαμβάνει επίσης ομαδική εποπτεία και προσωπική θεραπεία.

Τρόπος διδασκαλίας:

Η εκπαίδευση περιλαμβάνει θεωρητική εισήγηση, παρουσίαση και επίδειξη τεχνικών από την εισηγήτρια, πρακτική – βιωματική εξάσκηση στις εφαρμογές των μεθόδων και τεχνικών με συμμετοχή της εισηγήτριας και των σπουδαστών, παρουσίαση και ανάλυση περιστατικών, καθώς και προβολή βίντεο. Η βιωματική εκπαίδευση περιλαμβάνει την προσομοίωση συνεδριών ανάμεσα στους σπουδαστές σε χώρο κατάλληλα διαμορφωμένο για διεξαγωγή συνεδριών. Οι προσομοιώσεις παρακολουθούνται, με την πλήρη συναίνεση των σπουδαστών, από τη συντονίστρια του μαθήματος. Για κάθε θεματική ενότητα παρέχονται εκτενείς, αναλυτικές σημειώσεις και προτεινόμενη βιβλιογραφία.

Διάρκεια εκπαιδευτικού προγράμματος:

2 έτη | 600+ ώρες



Προϋποθέσεις εγγραφής & αποφοίτησης

Στο πρόγραμμα γίνονται δεκτοί:

ειδικοί ψυχικής υγείας, όπως ψυχολόγοι, ψυχίατροι, ειδικευόμενοι ψυχίατροι, κοινωνικοί λειτουργοί, ψυχιατρικοί νοσηλευτές με ειδική εκπαίδευση, πιστοποιημένοι σύμβουλοι ψυχικής υγείας, καθώς επίσης και τελειόφοιτοι φοιτητές των παραπάνω κλάδων. Επίσης, την εκπαίδευση μπορούν να παρακολουθήσουν ειδικοί από τον κλάδο της ιατρικής γενικότερα όπως παθολόγοι, καρδιολόγοι, γαστρεντερολόγοι, ενδοκρινολόγοι κλπ. Παράλληλα, το πρόγραμμα είναι ανοιχτό και για εναλλακτικούς/ενεργειακούς/ολιστικούς θεραπευτές, δασκάλους γιόγκα, δασκάλους Pilates κλπ. Επίσης, συγκεκριμένη εκπαίδευση είναι ανοιχτή για όλους τους ανθρώπους που ενδιαφέρονται να μάθουν έναν νέο τρόπο αυτογνωσίας και προσωπικής εξέλιξης και είναι ψυχικά υγιείς.

Απαραίτητη προϋπόθεση για τη συμμετοχή σας στο εν λόγω πρόγραμμα:

- Προσωπική συνέντευξη με την υπεύθυνη του προγράμματος

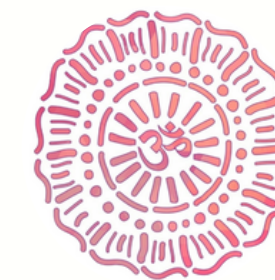
Προϋποθέσεις Αποφοίτησης στο Level 1:

- Συμμετοχή σε όλες τις ενότητες του Προγράμματος (δια ζώσης ή/και διαδικτυακά)
- Εργασία απολογισμού (ημερολόγιο) προσωπικής παρατήρησης, αυτογνωσίας και προσωπικής εξέλιξης στη διάρκεια του Ananda Rebirth Level 1.

Προϋποθέσεις Αποφοίτησης στο Level 2:

- Γραπτή Παρουσίαση 3 περιστατικών (10 συνεδρίες/περιστατικό) στη διάρκεια του εκπαιδευτικού προγράμματος
- Προφορική Εξέταση – Αξιολόγηση Δεξιοτήτων
- Ολοκλήρωση τουλάχιστον ενός περιστατικού (10 συνεδρίες) με ομαδική εποπτεία (υποχρεωτική), ή / και ατομική εποπτεία (προαιρετική) έως τις 31/12.





Δίδακτρα

Ananda Rebirth Training Level 1 - 300 ώρες

Ιδιώτες – 1500 ευρώ

Φοιτητές/ Άνεργοι/2 άτομα & άνω/εφάπαξ πληρωμή – 1300 ευρώ.

Early bird: 1300 ευρώ (με κατάθεση προκαταβολής)

Η καταβολή του κόστους συμμετοχής γίνεται εφάπαξ ή σε 6 μηνιαίες δόσεις.

Για την κράτηση της θέσης σας απαιτείται προκαταβολή 150 ευρώ (η προκαταβολή δεν επιστρέφεται σε περίπτωση μη συμμετοχής σας στο πρόγραμμα). Στο ποσό περιλαμβάνονται επίσης σημειώσεις των μαθημάτων σε ηλεκτρονική μορφή.

Δεν υπάρχει πρόσθετη χρέωση για την εξέταση της αίτησης και την εγγραφή στο τμήμα

Ananda Rebirth Training Level 2 - 350 ώρες

Ιδιώτες – 1700 ευρώ

Φοιτητές/ Άνεργοι/2 άτομα & άνω/εφάπαξ πληρωμή – 1500 ευρώ.

Early bird έως 15/06: 1500 ευρώ (με κατάθεση προκαταβολής)

Η καταβολή του κόστους συμμετοχής γίνεται εφάπαξ ή σε 6 μηνιαίες δόσεις.

Για την κράτηση της θέσης σας απαιτείται προκαταβολή 150 ευρώ (η προκαταβολή δεν επιστρέφεται σε περίπτωση μη συμμετοχής σας στο πρόγραμμα). Στο ποσό περιλαμβάνονται επίσης σημειώσεις των μαθημάτων σε ηλεκτρονική μορφή.

Προαπαιτούμενο: Ananda Rebirth Level 1



Επιπλέον χρεώσεις

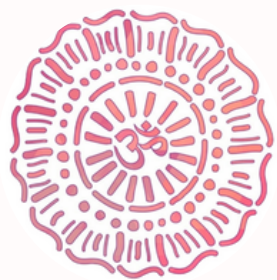
Προσωπική Θεραπεία:
50 ευρώ/συνεδρία

Ατομική εποπτεία (προαιρετική):
50 ευρώ/συνεδρία

Ομαδική εποπτεία:
Περιλαμβάνεται στα δίδακτρα κατά τη διάρκεια
του προγράμματος.

Χρέωση 30 ευρώ/άτομο η 3ωρη ομαδική
συνάντηση εποπτείας μετά την ολοκλήρωση
του προγράμματος





ΟΔΗΓΟΣ ΣΠΟΥΔΩΝ

Ananda Rebirth Level 1

2025-2026

Ενότητες Εκπαίδευσης Ananda Rebirth Level 1

Εισαγωγή στο Rebirthing Breathwork

1

Οι Πυλώνες του Rebirthing
Αναπνοή - Πρακτική Συνειδητής Ενεργειακής Αναπνοής
Αναπνευστικές ασκήσεις - επίγνωση αναπνοής
Βασικές ασκήσεις αναπνοής
Περιοριστικές Πεποιθήσεις - Προσωπικό Ψέμα & Αιώνια
Αλήθεια
Εξέλιξη προς την Καλύτερη Εκδοχή μας
Εργασία με Θετικές Δηλώσεις
Συνεδρία Rebirthing Breathwork





Ενότητες Εκπαίδευσης Ananda Rebirth Level 1

Βασικές αρχές ενεργειακής ανατομίας / ο ανθρώπινος συναισθηματικός νους

2

Συνειδητή Ενεργειακή Αναπνοή / Οφέλη
Συνειδητή Ενεργειακή Αναπνοή σε Φυσικό Επίπεδο
Συνειδητή Ενεργειακή Αναπνοή - οφέλη σε
συναισθηματικό / ενεργειακό επίπεδο
Συνειδητή Ενεργειακή Αναπνοή - οφέλη σε νοητικό
επίπεδο
Συνειδητή Συνδεδεμένη Αναπνοή και Εγκεφαλικά Κύματα
Ο Ανθρώπινος Συναισθηματικός Νους
Οραματισμός & Συνειδητή Αναπνοή- Πρακτική εφαρμογή
Θετικές δηλώσεις
Αναπνευστικές ασκήσεις - επίγνωση αναπνοής
Συνεδρία Rebirthing Breathwork





Ενότητες Εκπαίδευσης Ananda Rebirth Level 1

Σύλληψη, Εγκυμοσύνη και Τοκετός: Γνωρίζοντας τον Εαυτό

3

Περιγεννητική Ψυχολογία

Σύλληψη

Εγκυμοσύνη - Κύηση

Τοκετός - Το Τραύμα της Γέννησης

Το Τραύμα της Γέννησης / Σενάριο Γέννησης

Η δύναμη των θετικών δηλώσεων για τη σύλληψη, την εγκυμοσύνη και τον τοκετό

Αναπνευστικές ασκήσεις - επίγνωση αναπνοής

Συνεδρία Rebirthing Breathwork





Ενότητες Εκπαίδευσης Ananda Rebirth Level 1

Εσωτερικό βρέφος/νήπιο 0-3 ετών

4

Στάδια εξέλιξης 0-3 ετών

Νεογέννητο 0-9 μηνών / θεραπεύοντας το εσωτερικό μας βρέφος

Νήπιο 9 - 18 μηνών & 18 μηνών - 3 ετών / θεραπεύοντας το εσωτερικό μας νήπιο

Τεχνικές κάθαρσης, επαναπρογραμματίζοντας τον εσωτερικό μας νου

Επαφή και θεραπεία εσωτερικού βρέφους / νηπίου

Αναπνευστικές ασκήσεις - επίγνωση αναπνοής

Συνεδρία Rebirthing Breathwork





Ενότητες Εκπαίδευσης Ananda Rebirth Level 1

**3-12 ετών / Θεραπεύοντας το
εσωτερικό μας παιδί**

5

3-6 ετών / Θεραπεύοντας το εσωτερικό μας νήπιο
Νηπιακή ηλικία/ τα πρώτα βήματα της ανακάλυψης
Οι ρόλοι που αναλαμβάνουν τα παιδιά στην οικογένεια
6-12 ετών / Θεραπεύοντας το εσωτερικό μας παιδί

Σχολική ηλικία

Σχολικό Τραύμα: Ψυχικός Προγραμματισμός και
Προετοιμασία

Θετικές Δηλώσεις για το Εσωτερικό Παιδί Σχολικής
Ηλικίας

Τεχνικές κάθαρσης / Ασκήσεις αυτογνωσίας

Αναπνευστικές ασκήσεις - επίγνωση αναπνοής

Συνεδρία Rebirthing Breathwork





Ενότητες Εκπαίδευσης Ananda Rebirth Level 1

Εφηβεία 13-26 ετών

6

Εφηβεία - κύρια χαρακτηριστικά
Επαγγελματικός προσανατολισμός / άγχος - πίεση - απαιτήσεις
Αιτίες & συνέπειες μοναξιάς στους εφήβους
Προκλήσεις στην αναζήτηση της ταυτότητας του Εγώ
βιολογικές αλλαγές
Συναισθηματικές και ψυχολογικές αλλαγές
Κοινωνικές επιρροές
Προκλήσεις και κίνδυνοι
Υποστήριξη και καθοδήγηση
Εγωκεντρική σκέψη
Θετικές δηλώσεις για το εσωτερικό παιδί σχολικής ηλικίας
Τεχνικές κάθαρσης / Ασκήσεις αυτογνωσίας
Αναπνευστικές ασκήσεις - επίγνωση αναπνοής
Συνεδρία Rebirthing Breathwork





Ενότητες Εκπαίδευσης Ananda Rebirth Level 1

7

Υγιής ενήλικας

Χτίζοντας μια υγιή ενήλικη παρουσία

Συγχώρεση

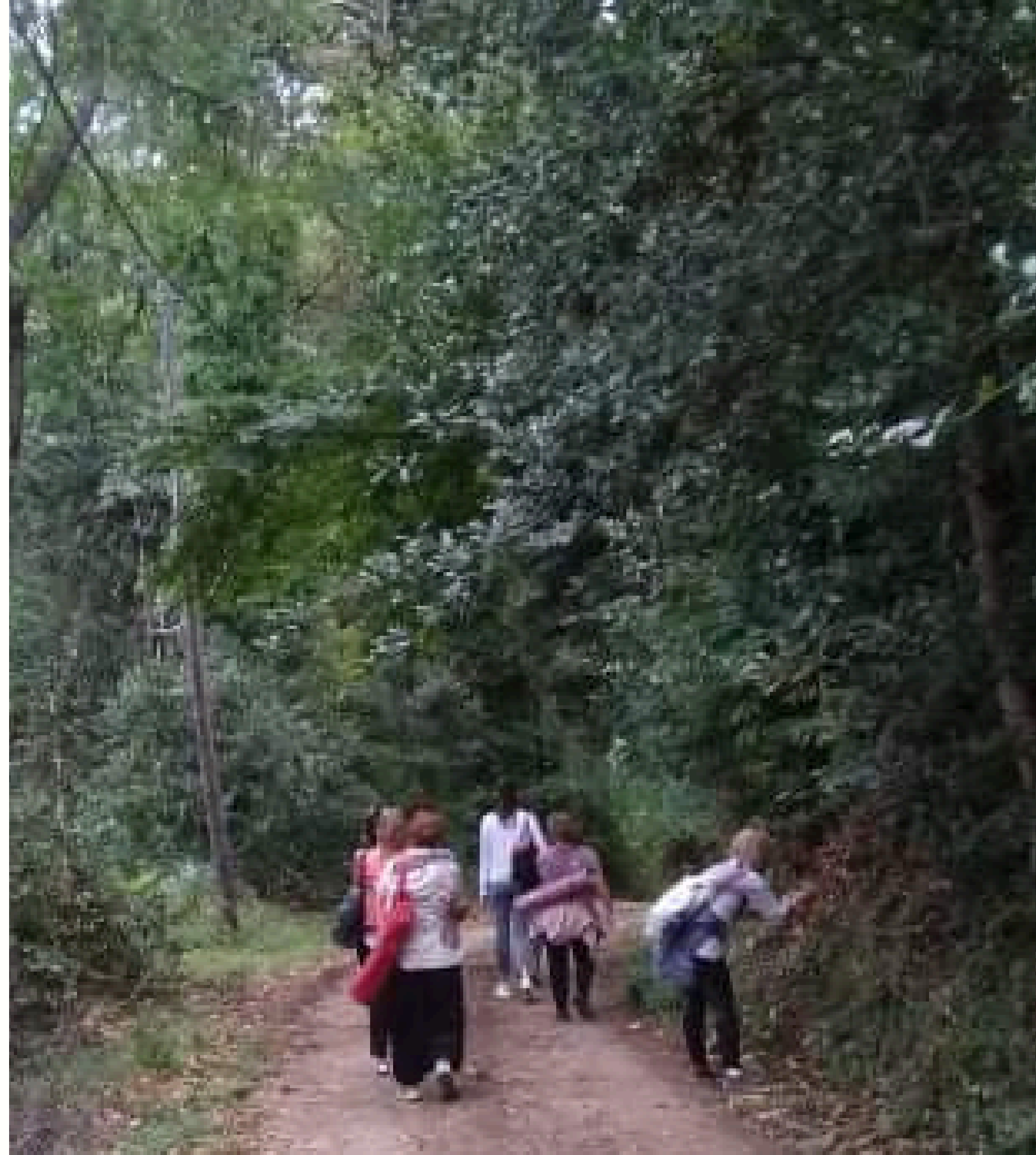
Αναπνευστικές ασκήσεις - επίγνωση αναπνοής

Συνεδρία Rebirthing Breathwork

Πρακτική συνεδρίας Συνειδητής Συνδεδεμένης Αναπνοής
(Rebirthing Breathwork)

Επίγνωση αναπνοής - ενσυνειδητότητα

Ασκήσεις δημιουργικής ψυχολογίας / αναπνευστικές
ασκήσεις





Ενότητες Εκπαίδευσης Ananda Rebirth Level 1

Δημιουργώντας σχέσεις αγάπης

8

Σώμα, κίνηση και αναπνοή, επαφή με τον εαυτό και τους άλλους
Μουσική και αναπνοή
Επαφή με την τέχνη μέσα από τεχνικές κολάζ, χορού, κίνησης, μουσικής και συνειδητής αναπνοής
Δημιουργικές ασκήσεις για θεραπεία σχέσεων
Επίγνωση Αναπνοής - ενσυνειδητότητα
Ασκήσεις δημιουργικής ψυχολογίας / αναπνευστικές ασκήσεις
Στοχοθεσία, επαναπροσδιορισμός μέσα από την επίγνωση και την εστίαση σε ό,τι πραγματικά χρειάζομαι
Συνεδρία Rebirthing με μουσική και συνειδητή κίνηση σε ζευγάρια





Ενότητες Εκπαίδευσης Ananda Rebirth Level 1

**Κάθαρση και επαφή με τα 5 στοιχεία
(γη, νερό, αέρας, φωτιά, αγάπη)**

9

Αναζωογόνηση του σώματος και Πνευματική Κάθαρση με τα Στοιχεία

Οι 5 Θιβετιανές ασκήσεις για μακροζωία & ενδυνάμωση
Ξεπερνώντας την ασυνείδητη παρόρμηση του θανάτου
Μαθαίνοντας να χρησιμοποιείτε τα Στοιχεία: Γη, Αέρας, Νερό, Φωτιά και Αιθέρας

Σύνδεση με την πνευματική σας φύση

Πρακτική Συνεδρίας Συνειδητής Συνδεδεμένης Αναπνοής (Rebirthing Breathwork) στη θάλασσα και έξω στη φύση

Επίγνωση Αναπνοής - ενσυνειδητότητα

Ασκήσεις δημιουργικής ψυχολογίας / αναπνευστικές ασκήσεις.

Η τελευταία ενότητα ενδέχεται να πραγματοποιηθεί εκτός Αθηνών, κοντά στη θάλασσα και στη φύση, σε τοποθεσία που θα οριστεί.





Ημερομηνίες Ananda Rebirth Training Level 1

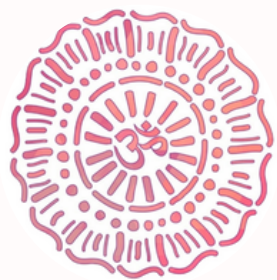
ΑΘΗΝΑ

Ενότητα 1:	4-5/10/2025
Ενότητα 2:	8-9/11/2025
Ενότητα 3:	6-7/12/2025
Ενότητα 4:	10-11/01/2026
Ενότητα 5:	31/01-01/02/2026
Ενότητα 6:	7-8/03/2026
Ενότητα 7:	4-5/04/2026
Ενότητα 8:	9-10/05/2026
Ενότητα 9:	6-7/06/2026

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Ενότητα 1:	22-23/11/2025
Ενότητα 2:	13-14/12/2025
Ενότητα 3:	24-25/01/2026
Ενότητα 4:	14-15/02/2026
Ενότητα 5:	28-29/03/2026
Ενότητα 6:	25-26/04/2026
Ενότητα 7:	16-17/05/2026
Ενότητα 8:	13-14/06/2026
Ενότητα 9:	11-12/07/2026





ΟΔΗΓΟΣ ΣΠΟΥΔΩΝ

Ananda Rebirth Level 2

2025-2026



Ενότητες Εκπαίδευσης Ananda Rebirth Level 2

1

**Κυριαρχώντας στην Αναπνοή -
στρατηγικές για σωστή καθοδήγηση
και πρακτική στο Breathwork**

Η φυσιολογία της Αναπνοής
Ενεργειακός κύκλος - απελευθέρωση της αναπνοής
Καθοδηγώντας μία συνεδρία Breathwork
Δυσκολίες στην αναπνοή / τρόποι να τις ξεπεράσουμε
Είδη Breathwork
Επίγνωση αναπνοής - ασκήσεις αναπνοών
Πρακτική στο Breathwork





Ενότητες Εκπαίδευσης Ananda Rebirth Level 2

**Ηθική και δεοντολογία στο
Breathwork: ο ρόλος του Facilitator και
η σχέση με τον θεραπευόμενο**

2

Ηθική & δεοντολογία στο Breathwork
Σχέση Πελάτη - Breathwork Facilitator:
Ο ρόλος του θεραπευτή/facilitator
Δεοντολογία
Εργασία ως Breathwork Practitioner/Facilitator
Πρακτική συνεδρίας Breathwork





Ενότητες Εκπαίδευσης Ananda Rebirth Level 2

**Δημιουργία θεραπευτικής σχέσης: Από
τις αρχές συμβουλευτικής στη
πρακτική του Breathwork**

3

Αρχές Συμβουλευτικής
Δεξιότητες Επικοινωνίας
Όρια
Επίγνωση
Δημιουργώντας μία θεραπευτική σχέση
Η πρώτη συνάντηση
Λήψη ιστορικού
Συμβόλαιο
Πρακτική συνεδρίας Rebirthing Breathwork





Ενότητες Εκπαίδευσης Ananda Rebirth Level 2

4

**Ανακαλύπτοντας τη δύναμη της
Αναπνοής: Από το Breathwork στην
ψυχολογική θεραπεία**

Άγχος - Φοβία

Θλίψη - Πένθος

PTSD - CPTSD

Κρίσεις πανικού

Η θεραπευτική ενέργεια της Αναπνοής

Συνειδητή Κίνηση & Συνειδητή Αναπνοή ως
θεραπευτικό εργαλείο

Advanced Pranayama practices

Πρακτική στο Breathwork





Ενότητες Εκπαίδευσης Ananda Rebirth Level 2

5

**Συναισθηματική υγεία και
οικογενειακές σχέσεις: αναπνοή και
θεραπεία.**

Εθισμός
Θυμός
Διαχωρισμός
Κακοποίηση - όλες οι μορφές
Οικογενειακή δυναμική
Σχέσεις αδελφών
Πρακτική στο Breathwork





Ενότητες Εκπαίδευσης Ananda Rebirth Level 2

6

Breathwork για Ζευγάρια: Ενδυνάμωση της Επικοινωνίας και της Σύνδεσης

Breathwork για ζευγάρια
Επικοινωνία και Αναπνοή: Η Σύνδεση του Νου και του
Σώματος
Δημιουργικές ασκήσεις για θεραπεία σχέσεων
Πρακτική συνεδρίας Breathwork σε ζευγάρια





Ενότητες Εκπαίδευσης Ananda Rebirth Level 2

Breathwork σε Ομάδες: Ενδείξεις, Αντενδείξεις και Πρακτικές

7

Breathwork σε ομάδες
Διοργανώνοντας ομάδες Breathwork
Ενδείξεις-αντενδείξεις
Δημιουργώντας μια ενσυνείδητη κοινότητα
Προσφορά-Υπηρεσία - Συμπερίληψη
Κύκλος Breathwork
Πρακτική στο Breathwork





Ενότητες Εκπαίδευσης Ananda Rebirth Level 2

8

**Ανακαλύπτοντας τον Εσωτερικό Ηγέτη:
Ο Δρόμος προς την Προσωπική
Ενδυνάμωση**

Ανακαλύπτοντας τον Εσωτερικό Ηγέτη: Ο Δρόμος
προς την Προσωπική Ενδυνάμωση
Πρακτική στο Breathwork





Ενότητες Εκπαίδευσης Ananda Rebirth Level 2

9

**Breathwork και συνείδηση ευημερίας:
διαδρομή προς την προσωπική
ανάπτυξη & επαγγελματική
αποκατάσταση**

Συνείδηση Ευημερίας

Ασκήσεις που προάγουν την Ευημερία

Η ενέργεια της ευημερίας

Θέτοντας στόχους

Επίτευξη στόχων

Σχεδιάζω την προσωπική μου επαγγελματική πορεία

ως Breathwork Practitioner/Facilitator

Πρακτική στο Breathwork





Ημερομηνίες Ananda Rebirth Training Level 2

ΑΘΗΝΑ

Ενότητα 1:	11-12/10/2025
Ενότητα 2:	15-16/11/2025
Ενότητα 3:	20-21/12/2025
Ενότητα 4:	17-18/01/2026
Ενότητα 5:	7-8/02/2026
Ενότητα 6:	21-22/03/2026
Ενότητα 7:	18-19/04/2026
Ενότητα 8:	22-23/05/2026
Ενότητα 9:	20-21/06/2026





Ολοκλήρωση Προγράμματος

Το Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα ολοκληρώνεται με ένα Retreat, που προσφέρει επιπλέον πρακτική και ενσωμάτωση των διδασκαλιών, καθώς και ευκαιρίες επαφής με τη φύση για κάθαρση και σύνδεση. Τονίζουμε τη σημασία της κάθαρσης τόσο του φυσικού όσο και του ενεργειακού σώματος.

Κατά τη διάρκεια του τριημέρου, θα επικεντρωθούμε στην κάθαρση μέσω των πέντε στοιχείων (γη, νερό, αέρας, φωτιά, αιθέρας), αξιοποιώντας τις τεχνικές Breathwork, την επαφή με το φυσικό σώμα, την ενσυνείδητη διατροφή και τη φωτιά για τη συναισθηματική, νοητική και πνευματική αποτοξίνωση του ενεργειακού σώματος.

Το κόστος του Retreat δεν συμπεριλαμβάνεται στα δίδακτρα.

Η πρακτική εξάσκηση στη Σχολή είναι υποχρεωτική και περιλαμβάνει συμμετοχή σε ανοιχτές ομάδες Breathwork ή σε άλλα εκπαιδευτικά προγράμματα με εποπτεία, η οποία παρέχεται διαδικτυακά.

Ολοκληρώνοντας τα Εκπαιδευτικά Προγράμματα Ananda Rebirth Training Level 1 και Level 2, και αποκτώντας το Πτυχίο που απονέμεται από το Ananda Healing (Certified Breathwork School από το GPBA), μπορείτε να υποβάλετε αίτηση στο GPBA (Global Professional Breathwork Alliance) για να λάβετε την επίσημη πιστοποίησή σας ως Certified Breathwork Practitioner και από εκεί.



Γνωρίστε την εισηγήτρια Μαρία Καυρολογάκη

Η Μαρία Καυρολογάκη είναι Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας και πραγματοποιεί ατομικές συνεδρίες για: άγχος/φοβίες, θλίψη, πένθος, γονείς, προβλήματα διατροφής, διεκδικητικότητα & επικοινωνία, εξαρτήσεις, ζευγάρια, οικογενειακή συμβουλευτική, παιδιά & έφηβοι.

Είναι επίσης Εκπαιδύτρια Συνειδητής Αναπνοής (Rebirthing Breathwork Instructor) και πραγματοποιεί ατομικές συνεδρίες, ομαδικά βιωματικά εργαστήρια αυτογνωσίας και την Επαγγελματική Εκπαίδευση στην τεχνική του Rebirthing Breathwork.

Επιπλέον, είναι Associate Pranic Healer: ασχολείται με την Ολιστική Θεραπεία σωματικών παθήσεων μέσα από ατομικές συνεδρίες με πρωτόκολλα θεραπείας για παθήσεις όπως: ημικρανία, γαστρεντερικές διαταραχές, αυτοάνοσα νοσήματα, αναπνευστικές παθήσεις, ενδοκρινικές παθήσεις, μυοσκελετικές παθήσεις, δερματικές παθήσεις κλπ. - Ολιστική Ψυχοθεραπεία - ατομικές συνεδρίες με πρωτόκολλα θεραπείας για: κατάθλιψη, κρίση πανικού, φοβίες, θυμός, άγχος, θεραπεία τραύματος, διακοπή καπνίσματος, εξαρτήσεις. Mindfulness

Χρησιμοποιεί την ανθοθεραπεία με τα ιάματα του Dr. E. Bach (για νοητικές & ψυχολογικές ανισορροπίες).

Παράλληλα, διοργανώνει και συντονίζει Retreats αυτογνωσίας & προσωπικής εξέλιξης.





Επικοινωνία:



693 2239030



info@ananda.gr



www.ananda.gr



Υψηλάντου 17, Άγιοι Ανάργυροι





ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ!