

Metamorphose-Workshop mit Zertifikat

Erlernen einer Massagetechnik, die nicht nur zur körperlichen Besserung beiträgt, sondern auch dem geistigen Bewusstsein dient. Der Begründer dieser Methode ist Robert St. John. Reflexzonenanwendung löst Spannungen und Belastungen des Körpers auf und lässt somit auf Ereignisse vor der Geburt schließen. Wir erlernen, an Füßen, Händen und Kopfbereichen bestimmte Energiepunkte zu aktivieren. Kann man für sich selbst erlernen und lässt sich gut anwenden bei der Familie, ist aber auch fürs Berufsleben nützlich.
Termin: Sa. 08.08.2026, 10:00 bis 19:00 Uhr
Energieausgleich: 150 Euro



Resilienz-Coach

Ich helfe dabei, Ihre psychische Widerstandsfähigkeit, also Ihre Resilienz, zu stärken. Resilienz bedeutet, mit Schwierigkeiten, Krisen und Veränderungen im Leben besser umgehen zu können und gestärkt daraus hervorzugehen. Coaching und Beratung, Vermittlung von Wissen, Stärkung innerer Stärken und Entwicklung von Bewältigungsstrategien Wofür: um Stress abzubauen, die eigene Wahrnehmung zu schärfen, positive Einstellung zu fördern und die sozialen Kompetenzen zu stärken. Jeder Mensch kann dieses Resilienz-Coaching in Anspruch nehmen: Ob in Einzel-, Gruppen-, oder auch als Seminare in Unternehmen oder weiterführenden Schulen, kann man gerne mit mir Kontakt per Email oder Mobil aufnehmen.
Erststundensatz: 120 Euro Gespräch und Anamnese
Weitere Stunden werden á 60 Euro abgerechnet.
Für Gruppen, Seminare und Unternehmen gelten andere Vergütungen. Bitte erfragen!



Tibetischer Kultur-Workshop

Kennenlernen der tibetanischen Kultur sowie Erlernen von Selbstregenerationstechniken durch Meditationen, Heilmantras, Medizin Buddha, die 21 Taras uvm.
བུ་ཤིས་བདེ་ལེགས། Tashi Delek!
Termine: Dienstag: 03.02., 21.04., 04.08. und 01.12.2026
von 17:00 bis 18:30 Uhr
Energieausgleich: 20 Euro



Workshop: Tibetische Klopfmassage
Unser Leben besteht aus Schwingungen, die wie Wellen durch unseren Körper fließen. Die Tibetische Klopftherapie oder auch Klopfmassage gehört zu den ältesten Therapieformen der Welt. Diese Massagetechnik basiert auf den Heilerfahrungen tibetanischer Mönche. Bei dieser Klopfmassage werden sanfte Handtechniken angewandt, die Ihren Körper in Schwingung bringen. Sie entspannen dabei, damit sich Blockaden lösen können. Der Körper schüttet dabei vermehrt Glückshormone aus, die den Körper beleben und entgiften. Sie erlernen die Behandlung am Bewegungsapparat. Die Anwendung erfolgt an den Reflexzonen oder in einem bestimmten Segment. Zum Schluss bekommen Sie noch ein Zertifikat und ein Skript ausgehändigt.
Termin: Samstag, 12.09.2026 von 10:00 bis 19:00 Uhr
Energieausgleich: 150 Euro, Leitung: Brigitte Sprick



Lehren, Rezepturen nach Hildegard von Bingen

Koch-Workshop: Energiekekse und Elixiere herstellen nach den Rezepturen von Hildegard von Bingen
Termin: Samstag, 28.11.2026 von 10:00 bis 19:00 Uhr
Energieausgleich: 150 Euro

Yogamednastic – Individuell in kleiner Gruppe
Montag: 09.30 – 11.00 Uhr und 18.15 – 19.45 Uhr
Mittwoch: 09.00 – 10.30 Uhr und 17.30 – 19.00 Uhr
Donnerstag: 18.15 – 19.45 Uhr
Energieausgleich: 15 Euro, fortlaufende Kurse

Meditationskurs
Verschiedene Meditationstechniken wie PMR/Autogenes Training, Meditationsformen in Bewegung, in Stille und in geführten Reisen zu sich selbst oder in andere Sphären
Termine: Dienstag, 20.01., 17.02., 24.03., 26.05., 23.06., 18.08. und 27.10.2026 von 17:00 bis 18:15 Uhr
Energieausgleich: 15 Euro



Beckenbodentraining

Beckenbodentraining um sich unbesorgt durch die Themen des Älterwerdens zu manövrieren und der präventiven Vorsorge gegen Bindegewebsschwäche und anderen funktionellen Störungen unseres Beckens. Der Aufbau des Beckens wird durch gezielte Übungen aus verschiedenen Sportstilen Yoga, Pilates, Gymnastik, u. ä. unterstützt.
Termine: Donnerstag, 29.01., 12.02., 19.03., 02.04., 16.04., 21.05., 18.06., 30.07., 13.08. und 10.09.2026
von 9:00 bis 10:00 Uhr
Energieausgleich: 13 Euro



Autogenes Training und progressive Muskelentspannung

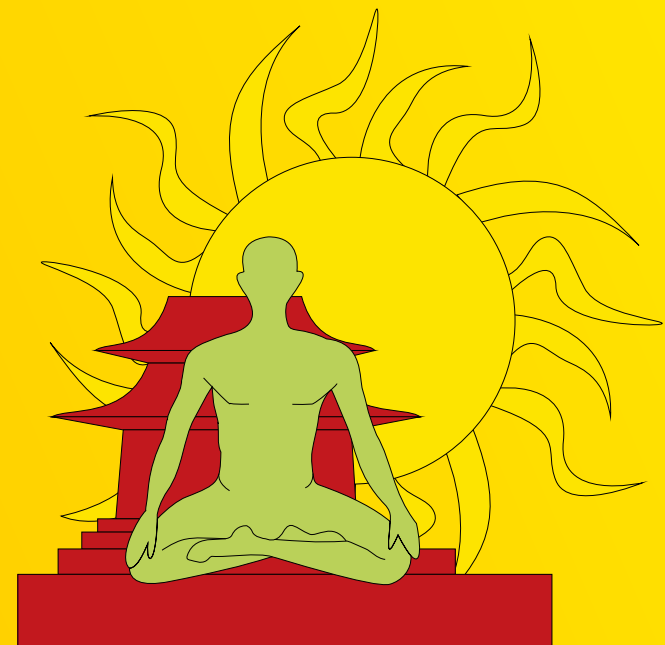
Erlernen der Techniken zur Selbst-Entspannung
individuelle Einzelsitzungen: 90 Minuten á 45 Euro



Veranstaltungs- kalender 2026

Praxis für das
„neue Bewusstsein“

Namaste! Buddha/God bless you! Tashi Delek!



Aura-Sonnentempel

Brigitte Sprick • Resilienz-Trainerin & Entspannungspädagogin
Reiki-Meisterin/-Lehrerin • Massagetherapeutin
Arthur-Scheunert-Allee 94 • 14558 Nuthetal
Tel.: 033 200 - 502 80 • Mobil: 0151 - 16 05 73 60
www.aura-sonnentempel.de • info@aura-sonnentempel.de
Beratung • individuell • Paare & Familien • Unternehmen

Der erste Reiki-Grad

Was ist Reiki? Wie funktioniert Reiki? Die Geschichte, Theorie und Praxis. Das Erlernen der Positionen, die vier Einweihungen ins Herz-, Hals-, Stirn- und Scheitelchakra. Den 1. Grad kann jeder erlernen, der für sich selbst und seine Familie etwas Gutes tun möchte. Diese Einweihungen finden an einem oder an zwei Tagen statt und finden individuell statt.

Also planen Sie einen Tag länger ein! Diese Ausbildung findet höchstens mit zwei Personen statt.

Es soll eine individuelle Ausbildung sein.

Termine: Samstag, 24.01., 30.05. und 14.11.2026

von 10:00 bis 19:00 Uhr

Energieausgleich: 300 Euro (inkl. MwSt.)

Wiederholer: 190 Euro

Der zweite Reiki-Grad

Wiederauffrischung des 1. Grades und das Erlernen der drei Symbole und Mantren. Durch diesen Grad wirst du befähigt sein, Fern-Reiki zu geben und auf der mentalen Ebene zu arbeiten. Gleichzeitig verstärkt sich die Reiki-Energie um ein Vielfaches. Dieser Grad findet individuell statt. Also als Einzelausbildung! Dieser Grad setzt voraus, dass du mindestens 6 Monate weiterhin nach dem ersten Grad mit der Energie gearbeitet hast.

Verantwortungsbewusstes Handeln setze ich voraus.

Termine: Samstag, 21.03., 29.08. und 19.12.2026

von 10:00 bis 19:00 Uhr

Energieausgleich: 450 Euro (inkl. MwSt.)

Wiederholer: 320 Euro

Der dritte Reiki-Grad

Der Dritte Grad setzt sich aus zwei Teilen zusammen: dem Meister- und dem Lehrer-Grad. Beide Teilstücke können auch einzeln gebucht werden. Jeder Teilabschnitt ist eine abgeschlossene Ausbildung. Voraussetzung hierfür ist eine einjährige Praxis, in der du mit der Energie gearbeitet und dein Bewusstsein geschult hast.

Der Reiki-Meister-Grad

In diesem Grad wird noch mal auf den ersten und zweiten Grad eingegangen. Dann wirst du in den Meister-Grad eingeweiht. Auch hier wird wieder dein Energiepotenzial erhöht. Es findet ein individueller Prozess statt mit dem Erlangen des Meistersymbols und dem dazu gehörigen Mantra. Der Weg der Weisheit und Erkenntnis und das Versprechen, damit auch verantwortungsbewusst umzugehen. Dieser Grad wird erst gelehrt, wenn der Schüler auch eine einjährige Praxis in der Behandlung seine Erfahrungen im zweiten Grad gemacht hat.

Termin: Samstag, 16.05.2025 von 10:00 bis 19:00 Uhr

Energieausgleich: 760 Euro (inkl. MwSt.)

Der Reiki-Lehrer-Grad

Dieser Grad ermächtigt dich, selbst Schüler in die Reiki-Grade einzuweihen. Du erlernst bei verschiedenen Einweihungen den Ablauf und die Rituale der Einweihungen. Dabei wird dein tieferes Bewusstsein noch mehr geschult und du erhältst neue Erkenntnisse von Reiki. Dieser Prozess dauert ein Jahr und wird an verschiedenen Tagen und Wochenenden stattfinden, die man im Vorfeld plant. Es wird Einzelsitzungen geben und Teilnahme und Mitwirken an Veranstaltungen.

Termine bitte anfragen, da diese Intensiv-Ausbildung voraus geplant werden sollte.

Jahresausbildung: Mehrere Termine übers ein Jahr verteilt

Energieausgleich: 1800 Euro (inkl. MwSt.),

auch in Ratenzahlungen möglich

Reiki-Austauschtreffen

Erlertes anwenden und weitergeben – es sind alle herzlich willkommen, Praktizierende und auch Laien.

Termine: Sonntag, 01.02., 19.04., 14.06., 16.08., 04.10. und

06.12.2026 von 14:00 bis 17:00 Uhr

Energieausgleich: 20 Euro (inkl. MwSt.)

Allgemeines zu den Ausbildungen

Zur jeder Ausbildung erhältst du Unterlagen, um diese Ausbildungen nachzuvollziehen. Ich stehe auch nach den Ausbildungen für Fragen und Hilfestellungen zur Verfügung.

Es wird alles verständlich und praxisorientiert vermittelt. Ich freue mich auf die Ausbildungen und auf die Weiterentwicklung des menschlichen Bewusstseins. Namaste!

Klangmeditation

Mit dem Klang in Fluss kommen und sich treiben lassen von den Wellen der Klangschalen. Klangmeditation entspannt deinen Körper und den Geist, damit du deine Seele baumeln lassen kannst.

Termine: Dienstag, 24.02., 10.03., 05.05., 01.09., 06.10. und

17.12.2026 von 17:00 bis 18:00 Uhr

Energieausgleich: 15 Euro



Workshops

Unseren Körper, Geist und Seele wieder in Einklang bringen. Wir können unsere Energiefelder ausgleichen durch die Chakren- und Medialenlehre.

Klangmassageworkshop

Erlernen der Technik und Anwendung einer Klangmassage! Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Die Ausbildung richtet sich an alle, die Freude am Umgang mit Menschen haben.

Termin: Samstag, 19.09.2026 von 10:00 bis 19:00 Uhr

Energieausgleich: 150 Euro

Stressbewältigung

Theorie: Wie wir uns selbst Stress machen und wie wir damit aufhören können. Praxis: Erlernen von Atem- und Entspannungstechniken zum Loslassen.

Termin: Samstag, 22.08.2026 von 10:00 bis 19:00 Uhr

Energieausgleich: 150 Euro

Yogatherapie

Ganzheitlich vorbeugen! Yogatherapie ist eine individuelle abgestimmte Yogapraxis mit Meditationen, Chakrenarbeit und entsprechenden Bewegungs- und Atemtechniken.

Termin: Samstag, 25.07.2026 von 10:00 bis 19:00 Uhr

Energieausgleich: 150 Euro

Buchungen für beide Workshops sind auch für Unternehmen möglich als Inhouse-Veranstaltung.

Massage-Workshops

mit mündlicher und praktischer interner Prüfung
Massageausbildung/Wellness mit Zertifikat als
Therapeut/innen oder Pädagoge/innen

Erlernen der Technik und Anwendung: Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Die Ausbildung richtet sich an alle, die Freude am Umgang mit Menschen haben.

Handreflexzonen: Sa. 24.10.2026, 10:00 bis 19:00 Uhr

Fußreflexzonen: Sa. 10.10.2026, 10:00 bis 19:00 Uhr

Körper-/Rückenmassage: Sa. 07.11.2026, 10:00 bis 19:00 Uhr

Energieausgleich: je Workshop 150 Euro

Weitere Veranstaltungen, Beratungen, Workshops und Kurse sind aktualisiert auf meiner Homepage ersichtlich. Da es immer Abweichungen geben kann, schauen Sie bitte auch auf der Homepage vorbei oder fragen Sie per Mail oder Telefon.

