

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

Mag.a Britta Lindenbauer / 0650 528 00 10 / koerperklug@lindenbauer.com
koerperklug.bewegen.at / leichter laufen

KINESIOLOGIE

Heidi Rossios-Arthaber / 0664 59 58 634 / heidi@rossios.at
Dipl. psychosomat. Kinesiologin

SCHAMANISCHE EINZELSITZUNGEN UND YOGA-EINZELUNTERRICHT

Brigitta Kuhn / office@yoga-schamanismus.at / www.yoga-schamanismus.at
/ Erwachsene/ Kinder und Jugendliche

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 / Karriereberatung & Coaching

HUMANENERGETIK & BOKOSMETIK

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 2022

MONTAG

• 17:00-18:30

Traditionelles Hatha-Yoga für Geübte

10-Wochenkurs,
Beginn 28.2. und 30.5.

• 19:00-20:30

Traditionelles Hatha-Yoga für die Wirbelsäule für Anfänger u. Geübte

10-Wochenkurs,
Beginn 10.1. und 4.4.
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 Baby-
beratung (Stillberatung, Beikost,
sicheres Schlafen, Gesäßpflege usw.)
10-Wochenkurs,
Beginn 1.2. und 3.5.
mit **Brigitta Kuhn (DKKS)**
office@yoga-schamanismus.at
www.yoga-schamanismus.at

• 17:30-19:00

**Kluge Lektionen
für eine fitte Wirbelsäule**

Einzel / Kleingruppe
fortlaufend

• 19:00-20:15

**Muskelkräftigung
für den ganzen Körper**
fortlaufend

mit **Britta Lindenbauer**

0650 528 00 10

koerperklug@lindenbauer.com
www.koerperklug.com

MITTWOCH

• 16:00-18:30

**Kluge Lektionen
für eine fitte Wirbelsäule**

Einzel / Kleingruppe
fortlaufend

• 18:30-19:45

**Faszien-Dehnung
für den ganzen Körper**
ab April 2022

mit **Britta Lindenbauer**

0650 528 00 10

koerperklug@lindenbauer.com
www.koerperklug.com

DONNERSTAG

• 8:30-9:30

**Kleiner Laufkurs mit
goldenen Tipps für gesunde
Lauf-Leichtigkeit im Park**

ab April 2022

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 27.1. und 28.4.

• 19:00-20:30

Traditionelles Hatha-Yoga für

Geübte

10-Wochenkurs,
Beginn 17.3. und 9.6.
mit **Brigitta Kuhn (DKKS)**
office@yoga-schamanismus.at
www.yoga-schamanismus.at

FREITAG

• 10:00-11:00

**Online-Kurs:
Gesunder, beweglicher Nacken!**
fortlaufend

mit **Britta Lindenbauer**
0650 528 00 10

koerperklug@lindenbauer.com
www.koerperklug.com

• 19:00-21:00

Pawanmuktasanas & Yoga Nidra
Tief regenerierendes Yogaspecial
für Anfänger und Geübte

Etwa 1x pro Monat

mit **Jacqueline Soede**
0676 377 40 42

jacqueline@yoga13.gmail.com
www.yoga13.at

SAMSTAG

• 10:00-12:00

**Yoga Relax Exklusiv für den
Rücken**

Yogaspecial mit Tiefenentspan-
nung für Anfänger und Geübte
Etwa 1x pro Monat

mit **Jacqueline Soede**
0676 377 40 42

jacqueline.yoga13@gmail.com
www.yoga13.at

Seminare / Workshops

• **Gesunde Laufbewegung, geschmeidige Laufkraft**

06.04. von 16:00-19:30

• **Augenentspannung – leicht gemacht!**

11.06. von 15:00-17:00

mit **Britta Lindenbauer / 0650 528 00 10**

koerperklug@lindenbauer.com / www.koerperklug.com

• **Schamanismus - Was ist das? Einführung in traditionelles schamanisches Wissen in Theorie und Praxis**

01.02. / 22.03. / 17.05. / 12.07. / 02.08. von 18:00-19:30

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

18.02. und am 05.08. von 18:30-20:30

• **Die Magie des Räucherns in Theorie und Praxis**

19.02. von 16:00-19:00

• **Yoga-Workshop „Wurzelkraft – vom Beckenboden zum Wurzelckakra“** 20.02. von 09:00-13:00

• **Schamanische Heilkreise**

18.03./06.05./22.07. freitags 18:30-21:30

• **Schamanisches Heilyoga - eine Kombination aus traditionellem Hatha-Yoga und traditionellem Schamanismus**

(Keine Vorkenntnisse notwendig!)

01.04. und 24.06. von 18:00-20:00

• **Schamanische Trommelreise zur Hüterin deiner Gebärmutter „Von der Magie und dem Zauber, der deiner Gebärmutter inne wohnt“** 08.04. von 18:30-20:30

• **Yoga und Atem - traditionelles Hatha-Yoga, Atemübungen, Yogaphilosophie** 10.04. von 09:30-17:30

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

23.04. von 10:00-19:00

• **Schamanische Trommelreise zum Mondtier (nur für Frauen!)** 10.06. von 18:30-20:30

• **Yoga-Workshop „Die Kraft der Sonne“ – Asana, Atem, Meditation und Yogaphilosophie** 07.08. von 09:00-13:00

mit **Brigitta Kuhn**

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

weitere Infos unter www.horizont-institut.at