

## Ingrid Baumgartner



Kinesiologin BK DGAK zert.  
Lernbegleiterin, Wellness- und  
Entspannungs-Trainerin

# Ingrid Baumgartner Kinesiologische Praxis

Die Dauer einer Sitzung ist individuell:

bei Kindern meist ca. 45 Min.  
bei Erwachsenen ca. 1 – 1½ Std.

Die Begleitende Kinesiologie wird ergänzend bzw. unterstützend eingesetzt, stellt keine Heilkunde dar und ist kein ausreichender Ersatz für medizinische oder psychotherapeutische Behandlungen. Sie ist in ihrer therapeutischen Wirksamkeit nicht durch gesicherte wissenschaftliche Erkenntnisse belegt.

Mit Hilfe der Kinesiologie können emotionale Hintergründe aufgedeckt und der damit verbundene Stress aufgelöst werden.

### *Anfahrtsbeschreibung:*

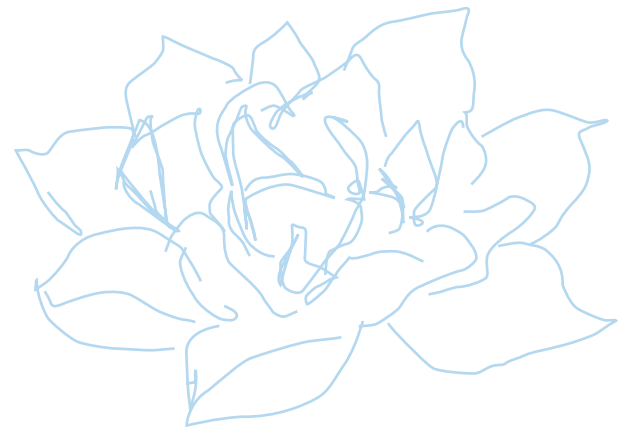
siehe [www.kinesiologie-baumgartner.de](http://www.kinesiologie-baumgartner.de)  
In das Navi bitte Gräfelfing, Pasinger Str. 25 eingeben, da die Nr. 29 bei einigen Navis leider nicht gefunden wird.

## Ingrid Baumgartner

Pasinger Str. 29, 82166 Gräfelfing  
Tel: 089 / 66 00 71 15  
Tel: 0176 / 45 78 75 20  
[IngridBaumgartner@gmx.de](mailto:IngridBaumgartner@gmx.de)

Termine nach Vereinbarung

Mitglied im  
Berufsverband DGAK (Deutsche Gesellschaft für  
Angewandte Kinesiologie e.V.)  
Forum Werteorientierung in der Weiterbildung  
Initiative für Kinder- und Jugendcoaching  
Förderverein Kinder-, Jugend- und Familien-  
coaching e.V.



Stressabbau  
Persönlichkeitsentwicklung  
Gesundheitsvorsorge  
Entspannung

## Was ist Kinesiologie?

Der Begriff Kinesiologie setzt sich aus griechischen Wörtern zusammen: Kinesis / die Bewegung, Logos / das Wort. Kinesiologie ist eine ganzheitliche Methode, die von der Einheit des Körpers und der Seele ausgeht. Muskeln, Organe etc. bilden eine Einheit mit den Emotionen, den Worten, der Erinnerung. Deswegen besteht das kinesiologische Testverfahren, der Muskeltest, aus einer Kombination von Frage und Muskelreaktion. Wortwörtlich stecken also im Begriff „Kinesiologie“ – Kinesis/Bewegung und Logos / Wort – die Bestandteile der kinesiologischen Methode und das Grundverständnis des menschlichen Seins: Es ist Bewegung und Wort zugleich.

## Was ist das Ziel der Kinesiologie?

Ziel der Kinesiologie ist, in Balance zu kommen, die eigene Mitte zu finden. Die Selbsterkenntnis, Selbstwahrnehmung und das eigene Potenzial wird gestärkt, das Lernen und Weiterentwickeln gefördert.

## Was bringt Ungleichgewicht?

Stress, einschneidende Erlebnisse prägen und bedingen unser Handeln und Verhalten. Sie führen zu Ungleichgewichten im Alltag und beschränken uns in unserem Handeln.



## Was leistet Begleitende Kinesiologie?

Kinesiologie kann diese Einschränkungen und Blockaden lösen. Sie hilft Stress abzubauen, neue Lösungen in eingefahrenen Situationen zu finden, Konflikte zu lösen, die Effektivität zu steigern. Sie hilft Entscheidungen zu treffen, Ziele zu bestimmen und umzusetzen.



## Wie arbeitet die Kinesiologie?

Der Kinesiologe geht auf den Klienten individuell ein.

Der Muskeltest, ein präzises Rückmeldesystem des Körpers, ermöglicht den Zugang zur bewussten, so auch zur unbewussten und körperlichen Ebene eines Menschen. Er lässt sich als hochindividuelle Vorgehensweise einsetzen, um Blockaden und Imbalancen zu korrigieren.

## Mein Angebot:

- Stressabbau, Lösen von Blockaden
- Persönlichkeitsentwicklung
- Gesundheitsförderung
- Unterstützung bei Lernproblemen
- Integration von frühkindlichen Reflexen
- Entspannungstechniken
- Kiefer-Entspannung