

HALLO, ICH BIN ESTHER-MARIA HOLTBECKER.

Bunt wie Münster und mit vollem Herzen lebe ich die Vision:
Kinder sehen, fördern und Erwachsene inspirieren – für eine Familie, die gemeinsam wächst und stabil im Leben steht.



- ⌘ KinFlex® –
Kinesiologische Reflextherapeutin
- ⌘ LiBRA®-Balancetrainerin
- ⌘ V.E.N.U.S.®-Zentrierungstherapeutin

- ⌘ Kinder- & Jugendcoaching
- ⌘ Elterncoaching

- ⌘ Präventions-Training für Kitas
und Schulen

- ⌘ Progressive Muskelentspannung
nach Jakobsen

- ⌘ abgeschl. Studium
– Sport & Sportwissenschaften
– Psychologie
– Erziehungswissenschaften

- ⌘ staatlich anerkannte Heilpraktikerin
für Psychotherapie

Ich begleite Kinder, Jugendliche und auch Erwachsene auf dem Weg, Ihre Herausforderungen leichter und friedvoller zu meistern. Ein stabiles Fundament für Dein selbstbewusstes, gesundes und vor allem glückliches Leben darf sich entwickeln.

Ich freue mich auf Dein und Ihr Interesse.



Esther-Maria Holtbecker
Reflextherapie // Coaching

Hammer Straße 39 // 48153 Münster
0172.890 3 999 // 0251.396 398 58
esther@praxis-rueckrad.de // www.praxis-rueckrad.de



DIE LÖSUNG FÜR DICH UND DEINE FAMILIE

**ES DARF AUCH
LEICHT SEIN!**



KinFlex®
Kinesiologische Reflextherapie

FÜR DEIN KIND: WENN DER ALLTAG ZUR BELASTUNG WIRD.

Wird Lernen zum Kampf? Blockieren Ängste oder Wutausbrüche das Familienleben? Die Ursachen liegen oft tiefer, nämlich in ungelösten Reflexmustern.

Typische Anzeichen:

- **Lernen:** Blockaden wie LRS, Dyskalkulie oder Konzentrationsmangel.
- **Emotionen:** Schnelle Wut, diffuse Ängste oder große Unsicherheit.
- **Körper/Energiesystem:** Motorische Unruhe, Zappelerei und ständige Anspannung.

KinFlex® – Es darf leicht werden: Wir entstressen das Körpersystem deines Kindes und bringen seine Energie wieder in eine harmonische Balance.

FÜR DICH: RAUS AUS DEM ÜBERLEBENSMODUS.

Fühlst Du Dich oft unter Dauerstrom? Wenn Dein Nervensystem auf „Alarm“ programmiert ist, verbrauchst Du Deine Energie, bevor der Tag richtig beginnt.

Kommt Dir das bekannt vor?

- **Innere Unruhe:** Du findest den „Aus-Schalter“ einfach nicht.
- **Fokus-Verlust:** Dein Kopf ist voll, aber die Konzentration fehlt.
- **Dünnes Nervenkostüm:** Du bist schnell gereizt oder erschöpft.

KinFlex® – Energie für das Wesentliche: Wir entstressen tiefsitzende Muster und harmonisieren Dein System. Hol Dir Deine Kraft für die schönen Dinge im Leben zurück!

kinderleichterleben

STABILE BASIS – LEICHTES LEBEN.

Frühkindliche Reflexe steuern unser Überleben. Danach rücken sie in den Hintergrund für unser selbstbestimmtes Handeln und Denken. Was aber, wenn dieser, unser Lebensplan durch frühen Stress (belastende Schwangerschaft, schwere Geburt) aus dem Takt gerät?

Die Folge: Ein aktiver Reflex zieht wie ein Hintergrundprogramm ständig am Akku. Diese Energie fehlt dann beim Lernen, Entspannen und Wachsen.

Die Lösung: Wir setzen an der Ursache an, stoppen den Daueralarm und lösen die „Handbremse“ in deinem Nervensystem. Dann füllt sich Dein „Akku“ wieder für „echte Leichtigkeit“ in Deinem Energiesystem. Gezielte kinesiologische Impulse holen Deinen Körper dort ab, wo er im Stress hängengeblieben ist. Die neurologischen Bahnen werden dabei nachhaltig entstresst und harmonisiert. Der Daueralarm verstummt. Dein Fundament wird stabil, die Energie fließt in leichtes Lernen, innere Gelassenheit und ein unbeschwertes Leben.

Der Ablauf: Sanft, effizient und zielgerichtet lösen wir mit meist nur 3 bis 5 Einheiten Deinen inneren Stress und schaffen die Basis für ein leichtes Leben.



ERSTER SCHRITT:

Fordere Deinen speziellen Fragebogen an unter:
www.praxis-rueckrad.de