

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



BEWEGUNG MIT SPAß FÖRDERT DEIN POTENZIAL



LiBRA®
— — — — —

Balancebewegungen
in Gruppen

WAS SIND FRÜHKINDLICHE REFLEXE?

Sie sind das Fundament für unsere Entwicklung und der Schlüssel zu unserer Stabilität! Dieses Fundament legt bereits im Mutterleib die Basis für Nerven, Muskeln und Haltung. **Der entscheidende Übergang!** Die Rolle der frühkindlichen Reflexe ist genau definiert. Spätestens bis zum vierten Lebensjahr müssen diese **integriert** sein, damit Ihr Kind **bewusst und willentlich** handeln kann.

WAS, WENN DIESER ÜBERGANG NICHT GELINGT?

Bleiben diese Reflexe aktiv, führt dies oft zu Entwicklungsblockaden. Das kann Sie als Eltern ratlos machen und den Familienalltag stark belasten.

Alarmierendes Verhalten im Alltag

- **zappelig, schusselig** und **unkonzentriert**
- **ungeschickt** mit Händen und Körper
- sehr **ängstlich** und **empfindsam**
- schnell **wütend**
- **Überempfindlichkeit** (Licht, Lärm, Berührung)
- uvm.

Es zeigen sich Symptome von

- **ADHS** und/oder **ADS**
- **Lese-Rechtschreibschwäche, Dyskalkulie**
- **AVWS**

Mit LiBRA® schnell und sanft zur inneren Ruhe und zu Stärke finden.

**AUCH WIR ELTERN
PROFITIEREN!**

kinderleichterleben

EINE MÖGLICHE LÖSUNG - LIBRA®-BALANCETRaining.

LiBRA® heißt Leben in Balance mit Reflexzentrierung und Achtsamkeit. Es ist ein einzigartiges Gruppenbewegungsprogramm, das durch einfache Zentrierungsübungen die noch gestressten, frühkindlichen Reflexe balancieren kann. In nur 4 Modulen über 3-6 Monate kann **LiBRA®** für die ganze **Familie**, in der **Schule** oder auch im **Verein** als Unterstützungsprogramm angeboten werden.

Mit gezielter Begleitung stärke ich die Basis von Kindern und Erwachsenen. Das bedeutet für Sie:

Weniger Stress, mehr Stabilität und ein harmonischeres Miteinander in Ihrer Familie!

Was ist alles möglich?

- Besseres **Körpergefühl** und eine stabile **Körpermitte**
- Spürbar weniger Stress und mehr Entspannung
- Eine erhöhte Konzentration
- Ein gutes Gleichgewicht
- Ein leichteres Erledigen der Hausaufgaben
- Emotionale Ausgeglichenheit

