



Entspannung und Persönlichkeitsentwicklung
Privatpraxis Jutta Hahr



KINO MANA

Die Kunst der Hawaiianischen Körperarbeit

Jutta Hahr, Physiotherapeutin
Westendstraße 85 | 60325 Frankfurt am Main | Telefon: +49 (0)69/97 20 37 55
Limburger Straße 33 | 61462 Königstein im Taunus | Telefon: +49 (0)6174/998 28 89
Mobil: +49 (0)177/677 96 36 | juttahahr@lomi.de | www.lomi.de



KINO MANA – Die Kunst der Hawaiianischen Körperarbeit

Der Körper spiegelt unser Verhalten und Erleben – und umgekehrt. Kino Mana ist Hawaiianisch und bedeutet „Bewegung der Lebensenergie“. Spannung als Zeichen von Stress kann unsere Flexibilität und Lebensfreude mindern. Entspannung dagegen kann Entwicklung, Veränderung und Heilung im inneren wie auch im äußeren Umfeld erleichtern. Kino Mana hilft auf sanfte und zugleich sehr kraftvolle Weise, das Wohlbefinden zu steigern. Wir laden Sie ein, die Kunst der Hawaiianischen Körperarbeit zu erlernen.

Kino Mana basiert auf der seit 5.000 Jahren bewährten praktischen Lebensphilosophie der Hawaiianer. Aloha International, das weltweite Netzwerk der Huna-Praktizierenden, verknüpft die Tradition mit der modernen Welt.

Neben reichhaltigem Erfahrungswissen fließen neu entwickelte Methoden sowie Erkenntnisse aus Disziplinen wie Medizin, Neurologie, Physiotherapie und Kinesiologie oder Energiearbeit in die praxisorientierte Ausbildung ein. Qualität, Aktualität und Praxisbezug sind in der Ausbildung wichtig, ebenso die Freude am Austausch.

KINO MANA I bis III – Practitioner Training

Das Practitioner Training richtet sich an Menschen, die die Hawaiianische Körperarbeit in der Praxis anwenden möchten, insbesondere an Physiotherapeuten, Hebammen, Heilpraktiker, Coaches und Psychotherapeuten, die den Bezug zwischen Körper und Verstand suchen.

Dabei erhalten Sie ein umfassendes Wissen über Huna, die praktische Lebensphilosophie der Hawaiianischen Schamanen, auf der die Körperarbeit aufbaut. Mit einfachen Übungen lernen Sie, Ihre körperliche, geistige und spirituelle Energie zu erhöhen und die Kahi Loa und die Lomi Lomi Nui Massage vorzubereiten und durchzuführen.

Durch den Einsatz des kinesiologischen Muskeltests können Sie die Arbeit mit dem Klienten und die Wirkung der Massage besonders effektiv gestalten. Mithilfe dieses Körper-Feedbacks lernen Sie, die Aufmerksamkeit auf die relevanten Aspekte zu konzentrieren, um gewünschte Veränderungen zu erleichtern und persönliche Ziele zu erreichen.

Drei Workshops mit mindestens 15 Tagen Unterricht bei Lehrern von Aloha International führen Sie zum Abschluss als „Practitioner“. Wer sein Studium fortsetzen möchte, lernt sein Wissen zu vertiefen und zu teilen – in den Kino Mana Teacher Trainings IV und V. Dabei bildet Kino Mana V einen besonderen Abschluss: Der Kurs findet ausschließlich auf Hawaii statt.



EKAHI – KINO MANA I

- Einführung in die Huna-Philosophie, die sieben Prinzipien und Elemente
- Übungen zur Energiesteigerung, Kalana Hula, Fregattvogel, Pico-Pico-Atmung, Chanting
- Grundlagen der Kahi Loa Massage
- Grundlagen der Lomi Lomi Nui Massage
- Teilnehmer-Urkunde Kino Mana I
- Sie geben und erhalten Massagen, u.a. eine zweistündige Lomi Lomi Nui Massage

ELUA – KINO MANA II

- Vertiefung des Wissens aus Ekahi – Kino Mana I
- Einführung in den Schamanismus
- Kinesiologie und Huna
- Die Zielsetzung vor und bei der Massage
- Stretching und die Grundschrirte des Hula
- Vertiefung des Wissens über die Kahi Loa und die Lomi Lomi Nui Massage mit Übungen
- Achtsamkeit bei der Arbeit zu zweit
- Teilnehmer-Urkunde an Kino Mana II
- Sie geben und erhalten eine zweistündige Lomi Lomi Nui Massage, die möglichst zu zweit durchgeführt wird

EKOLU – KINO MANA III

- Vertiefung des Wissens aus Ekahi und Elua – Kino Mana I und II
- Die Kraft des Hula und des Chantings und die Hawaiianische Kultur
- Vertiefung des Wissens über die Kahi Loa und die Lomi Lomi Nui Massage mit Übungen
- Überprüfung des Gelernten und Supervision
- Teilnehmer-Urkunde an Kino Mana III, Sie sind nun „Practitioner“
- Sie können sich nun für die Therapeutenliste bewerben bei Aloha International
- Sie geben und erhalten eine zweistündige Lomi Lomi Nui Massage, die möglichst zu zweit durchgeführt wird.



KINO MANA IV und V – Teacher Training

Das Teacher Training richtet sich an Menschen, die die Hawaiianische Körperarbeit bereits in der Praxis anwenden und nun bereit sind, ihre Erfahrungen an Lernende weiterzugeben. Dabei werden Sie insbesondere auf die Anforderungen als Lehrende vorbereitet.

Kino Mana IV findet in Deutschland statt. Kino Mana V bildet dann den „krönenden“ Abschluss der Ausbildung. Der Kurs findet ausschließlich auf Hawaii statt. Hier lernen Sie die Ursprünge der Hawaiianischen Philosophie und Körperarbeit vor Ort kennen. Auf diese Weise lernen Sie, Gelerntes auf wunderschöne Weise mit Erlebtem zu verknüpfen und zu verinnerlichen.

Basierend auf dem theoretischen und praktischen Wissen aus den Practitioner-Seminaren, werden Sie auf die Anforderungen als Lehrer in Hawaiianischer Körperarbeit vorbereitet.

EHA – KINO MANA IV

- Vertiefung des Gelernten aus Kino Mana I bis III
- Chanting, Trommeln und Musik in der Lehre
- Hula tanzen und unterrichten
- Pädagogische Konzepte für angehende Lehrende
- Lob und Kritik aus der Huna-Sicht
- Qualität in der Praxis und Lehre
- Teilnehmer-Urkunde an Kino Mana IV

ELIMA – KINO MANA V

- Kino Mana am Ursprungsort erleben und in die Praxis umsetzen
- Huna-Lehre und Manifestation auf Hawaii
- Energieplätze und Schamanische Orte
- Verbindung durch Erleben
- Ritual und Verleihung des Lehrer-Lei's
- Als Kino Mana Teacher erhalten Sie eine Urkunde von Aloha International auf Hawaii