



Hyperton - X

Kinesiologie für die Muskelkommunikation

Hyperton - X

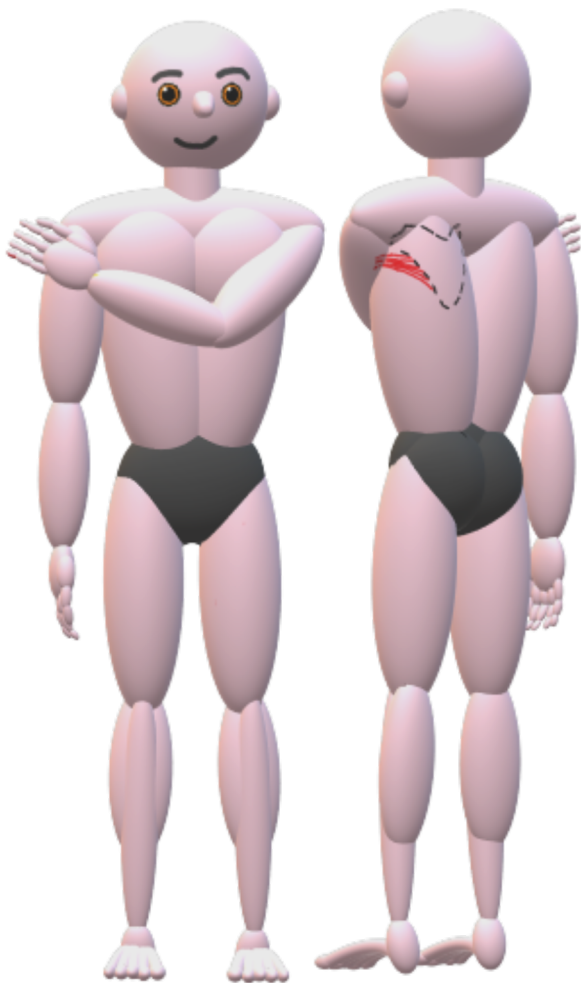
Nach Frank Mahony (Methodenbegründer)

Hyperton - X ist eine kinesiologische Technik, die frei übersetzt folgendes meint:
Hypertonus = überstarker Muskeltonus. Das X steht für EX. Zusammengesetzt heißt es
also überstarker Muskeltonus „weg“.

Dieser leichte Zielzustand der Bewegung und dem Denken wird in erster Linie
dadurch erreicht, dass Muskeln durch stufenweise Anspannung und Entspannung in
Kombination mit der Atmung wieder an ihre ideale Länge „erinnert“ werden.



Verspannte Muskeln und Körperstrukturen limitieren die zeitgerechte Verarbeitung ankommender und ausgehender Informationen im Nervensystem und Gehirn. Was zur Folge hat, dass Stress, Disharmonien und emotionale Blockaden Vorrang bekommen.



Elastisch (z. B. im Urlaub) zu werden ist nicht schwer - es in allen Lebenssituationen zu bleiben, dagegen sehr!

Mit diesem Satz ist eigentlich schon alles gesagt. Hyperton - X geht nicht nur auf die feinen Seiten des Lebens ein, sondern „kitzelt“ auch die weniger schönen - aber lehrreichen - Seiten des Lebens hervor und hilft dabei, diese in optimierter Beweglichkeit entspannter wahrzunehmen.

Überbeschützte Situationen zeigen sich nämlich auch in überbeschützten Muskeln. Ziehen sich bestimmte Muskeln einseitig oder ungleich zusammen und bleiben aufgrund von emotionalem Stress in dieser Position, kann es zu Ausweichbewegungen und Bewegungseinschränkungen kommen.

Hyperton - X fördert sämtliche Einzelbewegungen in den Muskeln, Gelenken, der Wirbelsäule, der Haut, den emotionalen Grundlagen des Menschen wie z. B. dem Bonding und den Meridianen (Energieleitbahnen des Körpers), im Sinne des Ganzen.

Hyperton - X nutzt die vielschichtigen Verbindungen des Wunderwerks Mensch und löst durch die Verbesserung der Längungsfähigkeit der Muskeln und der damit verbundenen Körper - Gehirn - Kommunikation den Stress bzw. Spannungen.

- Die Technik kann für die Wiederherstellung eines energetischen Gleichgewichtes bei Lernauffälligkeiten eingesetzt werden.
- Sie eignet sich auch bestens um das Körper - Geist Zusammenspiel für sportliche Leistungen auszubalancieren oder die Regeneration zu begleiten.
- Und natürlich ist die Technik einfach fein, um sich in seiner Haut und seinem „Muskelsack“ wieder wohler zu fühlen.

Für den kinesiologisch Arbeitenden ist das Aufspüren von verspannten Muskeln, die feinsinnig emotionale Begleitung des Klienten und die mitunter strapaziöse Arbeitsweise, Körperteile in Positionen zu bringen, an denen sie schon länger nicht mehr in voller muskulärer Länge waren, die Herausforderung, die es zu meistern gilt.

Muskeltesten lernen / Meridiane klären mit der HTX Technik

Die „Großen Acht“ und die „Sekundären Acht“ Muskeln ausbalancieren

Hyperton - X kennenlernen

14 Muskeltests für die Hauptmuskeln und
Hauptmeridiane des Körpers
inkl. durchführen der Hyperton - X Technik der
muskulären Längung in Kombination mit der
Atmung zur Korrektur von verspannten
Muskeln und dem energetischen Ausgleich
der damit verbundenen 14 Meridiane.

Hyperton - X 1

Indikatormuskel- Klärung (Test Klarheit
schaffen)
Test und Balance der „Großen Acht“ (die
wichtigsten 8 Muskeln), Test und Balance der
„Sekundären Acht“ (weitere 8 Muskeln)

Erweiterung auf die Hilfsmuskeln

Fußsensorik

Hyperton - X 2

Balancierung mit den „Großen Acht“ und
„Sekundären Acht“ Muskeln, Test und Balance
der Hilfsmuskeln

Hyperton - X 10

Spannungsgeladene Informationen aus den
Fußsohlen setzen der gesamten auf diesen
Fundamenten aufbauenden Muskeln zu. Die
Balance der Fußsensoren steuert diesem
Zustand entgegen.

Zusätzliche Muskeln / spez. Körperzonen

Emotionale Balance

Hyperton - X Advanced 3, 3a

Balancierung für Schultern, Nacken, Arme,
Hände, Finger, Rumpf, Rücken, Brustkorb,
Hüfte, Gesäß, Beine, Knie, Füße, Zehen.
6 Minuten-Schnellkorrektur
Hypertone Haut
„Pitch-Roll-Yaw“ – für die 3 Körperachsen

Hyperton - X 4

Balance für das innere Eltern-, Erwachsenen-
und Kindheits-Ich
Balance der „Inneren Familie“
Balance der individuellen männlichen und
weiblichen Aspekte
Bonding - Verbindung zwischen Eltern und
Kind

Das Lernen

Praktiker Training Workshop

Hyperton - X 5

Sehnenkontrollreflex / Gleichgewichtsorgan
Balance der Gleichgewichtssensoren in der
Gesäß- und Oberschenkelmuskulatur
Schulterblattbeteiligung
Zähne und Kiefer im Kontext mit Lernen
Emotionale Aspekte und Techniken zur
emotionalen Stressreduktion
Ablauf einer HT-X Balance im Lernen

Hyperton - X Practitioner

Abschlusskurs für die Festigung der
Kursinhalte, Kombinationsmöglichkeiten und
individuelle Balanceabläufe in der Praxis
Praktische Präsentation eines
Themenbereiches durch die Teilnehmer im
Zeitraum von 12 - 15 min.

Hyperton - X Ausbildung - Termine

Kursteil	Datum	Uhrzeiten	Kursteil Preis
HT-X M 16 UE	03./04.10.25	Fr. 14.00 - 20.00 Sa. 9.30 - 17.30	280.- €
HT-X 1 16 UE	07./08.11.	Fr. 14.00 - 20.00 Sa. 9.30 - 17.30	280.- €
Übungstag 5 UE	15.11.	14.00 - 18.00	
HT-X 2 16 UE	28./29.11.	Fr. 14.00 - 20.00 Sa. 9.30 - 17.30	280.- €
HT-X Fußsen. 16 UE	09./10.01.26	Fr. 14.00 - 20.00 Sa. 9.30 - 17.30	280.- €
Übungstag 5 UE	24.01.	14.00 - 18.00	
HT-X 4 Advanced 23 UE	05./06.09.25	Do. 14.00 - 20.00 Fr. 14.00 - 20.00 Sa. 9.30 - 17.30	430.- €
HT-X Emotionen 16 UE	06./07.03.	Fr. 14.00 - 20.00 Sa. 9.30 - 17.30	280.- €
Übungstag 5 UE	28.03.	14.00 - 18.00	
HT-X Lernen 16 UE	17./18.04.	Fr. 14.00 - 20.00 Sa. 9.30 - 17.30	280.- €
HT-X Praktiker 30 UE		Do. 14.00 - 20.00 Fr. 14.00 - 20.00 Sa. 9.30 - 17.30 So. 9.30 - 16.00	530.- €

6x Freitag/ Samstag, 1x Do. - Sa., 1x Do. - So., 3 Übungstage - 164 UE a 50 min.

Für die Selbstständige Arbeit mit Kinesiologie. Für Trainer im Leistungssport zur sportlichen Begleitung. Als zusätzliche Ausbildung / Weiterbildung: Kombination dieser Humanenergetischen Methode mit Physiotherapie und anderen therapeutischen Methoden