



# Gesundheitsberater Ausbildung

Termine 2025



Lindwurmstr. 117 – D-80337 München | [www.osteopathie-ausbildung.de](http://www.osteopathie-ausbildung.de)  
E-Mail: [info@osteopathen-ausbildung.de](mailto:info@osteopathen-ausbildung.de) | Tel.: 089 99016900 | Inh.: Moshe Kastiel

# Gesundheitsberater Ausbildung

Mit über 35 Jahren Erfahrung bietet die Akademie für Medizin und Lebenskunst eine innovative Ausbildung zum Gesundheitsberater, die fundiertes Wissen und praktische Methoden kombiniert, um Sie optimal auf den Bereich der Gesundheitsförderung vorzubereiten.

## Ziel

Die Ausbildung zum Gesundheitsberater richtet sich an alle, die Menschen professionell auf ihrem Weg zu einem gesunden Lebensstil begleiten möchten. Wenn Sie eine Leidenschaft für Gesundheit haben und diese zu Ihrem Beruf machen möchten, bietet Ihnen diese Ausbildung die Möglichkeit, Expert:in zu werden und anderen zu einem ausgewogenen und gesunden Leben zu verhelfen.

Als Gesundheitsberater:in lernen Sie, individuelle Konzepte zu entwickeln, die Bewegung, Ernährung und Prävention kombinieren, um die Gesundheit zu stärken und die Lebensqualität nachhaltig zu verbessern. Sie erwerben fundiertes Wissen und praxisnahe Techniken in den Bereichen Prävention, Bewegung und Ernährungsberatung.

Nach Abschluss der Ausbildung sind Sie bestens vorbereitet, in verschiedenen Bereichen zu arbeiten: in Unternehmen, Bildungseinrichtungen, Gemeinden oder als selbstständige:r Gesundheitsberater:in.

## Beschreibung

Das Programm umfasst drei zentrale Module, die eine ganzheitliche Perspektive mit praktischem Wissen und Techniken in Bewegung, Ernährung und Selbstheilung verbinden.

Im ersten Modul erlernen Sie die Grundlagen des medizinischen Qi Gong, basierend auf Prinzipien der TCM, Osteopathie und moderner Medizin. Der Fokus liegt auf Atem- und Bewegungsübungen zur Verbesserung des neurophysiologischen Gleichgewichts, zur Krankheitsprävention und zur Gesundheitsförderung. Das Modul vermittelt Ihnen die Fähigkeiten, medizinisches Qi Gong zu unterrichten und Ihre Klient:innen zu einer gesunden Routine zu motivieren, die Körper und Geist in Einklang bringt.

Das zweite Modul widmet sich der Neuro-Integrativen Therapie nach der Methode von Moshe Kastiel. Sie lernen, Gehirn-Körper-Muster zu analysieren und deren Auswirkungen auf die Körperfunktionen zu verstehen. Mithilfe von Bewegungs- und Bewusstseinsübungen können Sie Schmerzen lindern, Bewegungsbereiche verbessern und die Selbstheilungskräfte des Körpers stärken. Das Modul bereitet Sie darauf vor, maßgeschneiderte Übungen anzuleiten, die neuronale Netzwerke stärken und die körperliche Wahrnehmung fördern.

Das dritte Modul konzentriert sich auf individuelles Ernährungsmanagement. Sie lernen Techniken zur Entgiftung, die Anpassung von Nahrungsergänzungsmitteln und die Anwendung natürlicher Ansätze zur Förderung von körperlicher und mentaler Gesundheit. Dieses Modul integriert die zuvor erlernten Werkzeuge und vermittelt Ihnen die Fähigkeiten, individuelle Ernährungspläne für Ihre Klient:innen zu erstellen.

## Die Module der Gesundheitsberater Ausbildung

Die Ausbildung zum Gesundheitsberater besteht aus drei zentralen Modulen, die eine umfassende und ganzheitliche Perspektive auf Gesundheit vermitteln. Sie können jederzeit im Jahr mit jedem Kurs starten und die Reihenfolge flexibel wählen. Die Ausbildung dauert in der Regel ein bis zwei Jahre, je nach individueller Planung und Verfügbarkeit.

**Dauer:** Die Ausbildung umfasst 13 Kurse (5 Kurse à 3 Tage und 8 Kurse à 4 Tage) mit einem Gesamtumfang von 388 Unterrichtsstunden

**Abschluss:** Gesundheitsberater

**Finanzielle Unterstützung:** Es stehen verschiedene Finanzierungsmöglichkeiten zur Verfügung.

## Voraussetzungen

**Die Ausbildung richtet sich an alle, die als Gesundheitsberater tätig werden möchten:**

- Es sind keine medizinischen Vorkenntnisse erforderlich
- Gesundheitsberater benötigen keine Heilpraktikerzulassung
- Empathie, Geduld und Kommunikationsfähigkeit sind von Vorteil
- Ein Interesse an ganzheitlichen Ansätzen und der professionellen Unterstützung eines gesunden Lebensstils wird empfohlen

**Die Ausbildung richtet sich auch an medizinisches Fachpersonal** Wie Heilpraktiker/innen, Ärzte/innen, Physiotherapeuten/innen, Ergotherapeuten/innen, Krankenschwestern, Masseur/innen, Pfleger/innen und andere Heilberufe, die in ihrer Arbeit prophylaktische Gesundheitskonzepte integrieren wollen.

## Prüfungen

Die Ausbildung zum Gesundheitsberater schliesst mit einer schriftlichen und praktischen Prüfung ab. Nach bestandener Prüfung erhalten Sie Ihr Zertifikat „Gesundheitsberater“.

## Präsenzunterricht und Online Möglichkeit

Der Präsenzunterricht wird an der Medizin und Lebenskunst Akademie, Lindwurmstrasse 117, 80337 München abgehalten. Wenn Sie online von zu Hause aus teilnehmen möchten, sind Sie im laufenden Unterricht über ZOOM zugeschaltet.

Die Online Möglichkeit ist für viele unserer Schüler eine willkommene Lösung, wenn es mal nicht anders geht oder die Wegstrecke sehr weit ist. Nach unserer Erfahrung funktioniert dies einwandfrei.

Das sehen wir an Schülern, die die gesamte Ausbildung online absolviert haben. Dennoch empfehlen wir, wenn möglich die Teilnahme vor Ort.

### Wie funktioniert der Online Unterricht?

Der Dozent unterrichtet vor Ort an der Akademie. Alle Teilnehmer bekommen am Freitag vor dem Kurs den Online Zugang. Jeder entscheidet dann selber, ob er online ist oder vor Ort kommt. Das kann man auch tageweise spontan entscheiden.

Für die Online Teilnahme braucht man eine eingeschaltete Webcam, die den Teilnehmer zeigt. Ohne Kamera ist keine Online Teilnahme möglich. Die aktive Teilnahme ist vor allem Online sehr wichtig.

## Rechtliche Anforderungen

Gesundheitsberater arbeiten ausschließlich mit gesunden Personen und konzentrieren sich auf Gesundheitsförderung und Prävention. Ihre Tätigkeit umfasst weder Diagnosen noch die Behandlung von Krankheiten.

Die Beratungsarbeit gilt als freier Beruf und erfordert lediglich eine Gewerbeanmeldung. Eine Ausbildung als Heilpraktiker ist nicht notwendig. Es ist jedoch wichtig, dass Gesundheitsberater keine diagnostischen oder therapeutischen Tätigkeiten ausüben, um den gesetzlichen Rahmen einzuhalten.

Ein klares Verständnis dieser rechtlichen Vorgaben schützt sowohl den Gesundheitsberater als auch die Klienten.

# Inhalte und Themen

## Medizinisches Qi Gong MQT®

Bewegung ist der Schlüssel zu Gesundheit und Lebensqualität in jedem Alter. In diesem Modul lernen Sie, Ihre Klienten im medizinischen Qi Gong anzuleiten – einer Kombination aus Atem- und Bewegungsübungen – zur Förderung der Körperfunktionen, Prävention von Krankheiten und nachhaltiger Gesundheit.

Das Modul vermittelt die Prinzipien des medizinischen Qi Gong, basierend auf der TCM, ergänzt durch osteopathische Ansätze und Moshe Kastiels Gehirn-Körper-Neigungen-Methode. Sie erlernen, Übungen individuell an jeden Klienten anzupassen, basierend auf einer präzisen Analyse der Zusammenhänge zwischen Körperstruktur und Energiefluss.

Zudem bereitet Sie das Modul darauf vor, maßgeschneiderte Kurse zu leiten und Ihre Klienten zu einer gesunden und ausbalancierten Lebensweise zu motivieren.

### Wichtige Übungen:

- Bone-Brain-Marrow Qi Gong
- Muskel-Sehnen Qi Gong
- Ball Qi Gong
- Tai Ji – Pushing Hands
- Meridian Qi Gong

### Theoretische Grundlagen:

- Anatomie und Physiologie aus westlicher Perspektive
- Energetische Anatomie nach TCM
- Die fünf Elemente und die Verbindung zwischen Körperstruktur und Energiefluss
- Bioelektromagnetismus und seine Beziehung zu Qi und Jing

**Umfang:** 5 Kurse à 3 Tage (100 Unterrichtseinheiten).

#### MQT BASISSTUDIUM - START MIT JEDEM KURS MÖGLICH

12.-14. Januar 2025 Wu Dang Dozent: Peter Schwab	09.-11. Februar 2025 18 Formen Dozent: Marika Jetelina	16.-18. März 2025 Ball Qi Gong Dozent: Peter Schwab	27.-29. April 2025 I Chuan Dozent: Marika Jetelina
18.-20. Mai 2025 Pushing Hands Dozent: Peter Schwab	15.-17. Juni 2025 Wu Dang Dozent: Marika Jetelina	06.-08. Juli 2025 18 Formen Dozent: Peter Schwab	03.-05. August 2025 Ball Qi Gong Dozent: Peter Schwab
07.-09. September 2025 I Chuan Dozent: Marika Jetelina	19.-21. Oktober 2025 Pushing Hands Dozent: Peter Schwab	16.-18. November 2025 Wu Dang Dozent: Marika Jetelina	14.-16. Dezember 2025 18 Formen Dozent: Marika Jetelina
SONDERKURS	20.-22. Juli 2025	Dies ist ein besonderer MQT Kurs, den Marika leiten wird. Es ist ein Refresher und Vertiefungskurs für alle MQTler. Dieser Kurs wird mit 15h auf den Med. Qi Gong Meister MQT ® angerechnet. Teilnahmevoraussetzung: abgeschlossene Ausbildung als Med. Qi Gong Trainer MQT ®.	

Weitere Termine in 2026

## N.I.T. Neuro-Integrative Therapie nach M. Kastiel®

Entdecken Sie die innovative Neuro-Integrative Therapie nach Moshe Kastiel – eine Methode, die Bewegung und Bewusstsein kombiniert, um Schmerzen zu lindern, die Beweglichkeit zu verbessern und die Selbstheilungskräfte des Körpers zu aktivieren. Sie lernen, individuelle Übungen anzuleiten, die neuronale Netzwerke stärken, das Körperbewusstsein fördern und Selbstbehandlungsmethoden vermitteln, die Klienten helfen, ihre Gesundheit und Lebensqualität zu verbessern. Basierend auf 44 Jahren Erfahrung verbindet die Methode Elemente aus Feldenkrais, Qi Gong, Osteopathie sowie traditioneller chinesischer und westlicher Medizin.

### Themen:

- Verbesserung der Bewegungsfunktionen und Schmerzreduktion: Erlernen und Anwenden individuell angepasster Techniken zur Verbesserung der Beweglichkeit und Reduzierung von Einschränkungen.
- Methodik zur Unterstützung der Selbstheilung: Analyse von Hirn-Körper-Neigungen und die Auswirkungen elektromagnetischer Felder zur Verbesserung der Körperfunktionen und der körperlichen Wahrnehmung.
- Stärkung von neuronalen und muskulären Systemen: Bewegungs- und Bewusstseinstaining zur Stärkung neuronaler Netzwerke, faszialer Strukturen und des Muskelskelettsystems.
- Techniken zur Selbstanwendung: Entwicklung von Werkzeugen, die Klienten helfen, ein physiologisches, anatomisches und mentales Gleichgewicht zu erreichen.
- Verbindung von Körper und Geist: Anwendung der Body-Soul-Therapie (BST), die körperliche Aktivität und psychische Gesundheit kombiniert.
- Wissenschaftliche Grundlagen: Vertiefung von Kenntnissen in Anatomie, Physiologie, Neurobiologie, Psychoimmunologie und Neuroendokrinologie.
- Regulierung zentraler Körpersysteme: Lernen von kardiovaskulärer Regulation, Atemmechanik und biomechanischen Prinzipien.
- Bewegungs- und Entspannungstechniken: Methoden zur Verbesserung von Bewegungsabläufen, Linderung von Einschränkungen, Stressabbau und Förderung des physiologischen Gleichgewichts.

**Umfang: 4 Kurse zu je 4 Tagen: So, Mo, Di, Mi 10 Uhr – 13 Uhr, 14 Uhr – 18 Uhr**

N.I.T.	START AUGUST 2025
KURS 1	10.-13. August 2025
KURS 2	31. August – 03. September 2025
KURS 3	5./6. Und 12./13. Oktober 2025
KURS 4	16.-19. November 2025
<b>Prüfung</b>	19. November 2025

# Ernährungsberatung

Wir setzen auf einen individuell abgestimmten medizinischen Ansatz, der die spezifischen gesundheitlichen Bedürfnisse jedes Einzelnen berücksichtigt, statt auf eine allgemeine „One-Size-Fits-All“-Lösung. Das Modul kombiniert traditionelle und moderne Diagnosetechniken und vermittelt ein tiefes Verständnis für Ernährung, Gesundheit und Prävention.

Sie lernen, klinische und subklinische Zustände zu analysieren, Ansätze für degenerative Erkrankungen zu entwickeln sowie Nahrungsergänzungsmittel und natürliche Heilmethoden anzupassen. Das Wissen ergänzt ideal die Qualifikationen von Fachkräften wie Osteopathen und ermöglicht die Integration personalisierter Ernährung in die Praxis. Zusätzlich werden Licht- und Frequenztherapien vermittelt, die Körpersysteme stärken und die ganzheitliche Gesundheit fördern. Ziel ist es, die Lebensqualität der Kunden durch personalisierte Ernährung und holistische Ansätze zu verbessern.

## Themen:

- Überblick über zentrale Nahrungsbestandteile: Proteine, Kohlenhydrate, Fette, Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente.
- Verständnis metabolischer Prozesse: ATP-Produktion, Krebs-Zyklus, Kalorienberechnung und glykämischer Index.
- Analyse von Ernährungszuständen: Einsatz von diagnostischen Kits, die an der Akademie entwickelt wurden, zur Identifizierung von Nährstoffmängeln.
- Ernährungsmanagement bei Krankheiten: Verbesserung der Körperfunktionen durch angepasste Ernährung, Entgiftung und Behandlung klinischer Zustände.
- Personalisiertes Ernährungscoaching: Anpassung von Nahrungsergänzungsmitteln, phytotherapeutische Ansätze und Ernährungsansätze der traditionellen chinesischen Medizin an die individuellen Bedürfnisse der Kunden.
- Regulierung zentraler Körpersysteme: Ausgleich des Nervensystems, Neurotransmitter und des endokrinen Systems.
- Unterstützung des Immunsystems: Behandlung von Entzündungen, Schwermetallbelastungen und Nahrungsmittelunverträglichkeiten.

## Umfang: 4 Kurse à 4 Tage (144 Unterrichtseinheiten).

Ernährungsberatung	START JULI 2025
KURS 1	20. - 23. Juli 2025
KURS 2	10. - 13. August 2025
KURS 3	14. - 17. September 2025
KURS 4	09. - 12. November 2025
Prüfung	12. November 2025



Medizin und Lebenskunst Akademie, Inh: M. Kastiel  
Lindwurmstrasse 117, 80337 München,  
Email: [info@osteopathen-ausbildung.de](mailto:info@osteopathen-ausbildung.de),  
Home: [osteopathie-ausbildung.de](http://osteopathie-ausbildung.de),  
Tel.: +49-89-99016900