



Eugenia Schilling



Praxis für HNC® und energetische Begleitung

Meine Praxis ist noch jung. Meine Arbeit hat eine Geschichte.

Mit dieser Präsentation möchte ich dir zeigen, wer ich bin, wie mein eigener Weg zu dieser Arbeit geführt hat und wie ich Menschen heute in meiner Praxis begleite.

Ich freue mich, wenn meine Arbeit ihren Weg zu den Menschen findet, für die sie gerade passend sein kann. Du darfst diese Präsentation sehr gerne weitergeben. Danke fürs Weitersagen.

Albstadtweg 6 · 70567 Stuttgart-Möhringen
www.eugenia-schilling.de · Instagram: @koerper.regulation



A woman is performing a squat in a gym. She is wearing a white tank top, light blue shorts, white socks, and black shoes. She is holding a barbell with blue and red weights. The gym has various equipment in the background, including racks and dumbbells.

Mein Weg

begann eigentlich
bei mir selbst.



Viele Jahre waren
Kraftsport und Powerlifting
ein großer Teil meines Lebens.



Ich kannte meinen Körper gut –
dachte ich zumindest. 😓



Dann kam der Punkt,
an dem mein Körper
nicht mehr
mitgemacht hat.



Über längere Zeit hatte ich
starke Rückenschmerzen.

Bewegung wurde immer
schwieriger und irgendwann
stand sogar mein geliebtes
Training auf der Kippe.

Aufgeben wollte ich
trotzdem nicht.

Und dann kam
HNC® in mein Leben ...



HNC® wurde für mich zu einem Wendepunkt.

Durch die regelmäßige
Begleitung begann sich für mich
Schritt für Schritt etwas
grundlegend zu verändern.

Ich lernte meinen Körper,
mein Nervensystem und auch
meine inneren Prozesse auf eine
ganz neue Weise wahrzunehmen.

Und irgendwann entstand
daraus ein Wunsch:

**Ich wollte selbst verstehen
und lernen, was mich auf
meinem eigenen Weg so sehr
unterstützt hatte.**

So begann mein Weg zur
HNC®-Anwenderin.

Mein Weg geht weiter ...

Neben meiner Arbeit mit HNC®
befinde ich mich aktuell in der

Geistheiler-Ausbildung

bei Renate und Hans Kollenbrath
am Kollenbrath Institut in
Winterhausen.

Die energetische Arbeit ist für mich
kein Gegensatz zur körperorientierten
Arbeit – **für mich ergänzt sich beides.**

Und genau daraus entwickelt sich
immer mehr meine ganz eigene
Art zu arbeiten.

Mehr zur Ausbildung:

Kollenbrath Institut – Geistiges Heilen

www.geistiges-heilen-ausbildungszentrum.de

Und heute? ♥

Heute verbinde ich das, was sich auf meinem eigenen Weg entwickelt hat, in meiner Arbeit.

Körper- und nervensystemorientierte Arbeit und energetische Begleitung.



Nicht nach einem starren Schema, sondern individuell – mit Blick auf den Menschen als Ganzes und auf das, was sich gerade zeigt.

Genau daraus ist meine heutige Arbeit entstanden. ♥

Und dann gibt es
natürlich noch Rocky. ♡

♡ Er gehört zu mir – und inzwischen
auch ganz selbstverständlich
zu meiner Praxis.

Rocky begleitet mich im Alltag
und während meiner Arbeit
und ist auf seine ganz **eigene Art**
ein Teil meines Weges geworden.

♡ ♡



Und wer mich kennt, weiß sowieso:

Eugenia gibt's irgendwie
nur mit Rocky. ♡

The background image shows a home office or therapy room. On the left, a round clock with a blue face and white numbers is mounted on a white wall. Below it, two green leafy plants are in black metal hanging pots. In the center, a laptop displaying a picture of a dog sits on a black adjustable stand. To the right, a window with white frames looks out onto a gym where a person is working out on a machine. The room has a warm, soft light.

Wie arbeite ich eigentlich?

In meiner Begleitung verbinde ich **körper- und nervensystemorientierte Arbeit** mit **energetischer Begleitung**.

Beides kann **miteinander verbunden** werden – oder auch ganz für sich stehen.

Denn keine Sitzung ist gleich.

Ich orientiere mich an dem Menschen vor mir, seinem Anliegen und an dem, was sich im Moment zeigt.

Der Muskeltest



Der Muskeltest ist ein wichtiger Teil meiner Arbeit.

Über die Reaktion des Muskels bekomme ich eine Rückmeldung vom Körper.

So kann ich mich Schritt für Schritt durchtesten und schauen, wo ich genauer hinschauen und ansetzen kann.

Denn die Stelle, an der du Beschwerden hast, muss nicht unbedingt die Stelle sein, an der ich ansetze.

Und was passiert dann?



1

Der Muskeltest zeigt mir, wo ich genauer hinschauen darf.

2

Dort arbeite ich mit gezielten, sanften Impulsen – zum Beispiel an Wirbelsäule, Becken, Haltung oder anderen Bereichen des Körpers.

3

Danach teste ich wieder nach und schaue, wie der Körper reagiert.

4

So arbeite ich mich Schritt für Schritt durch die Behandlung.

A dog is lying in a bed with a white blanket. The dog is looking up at the camera. The background is a plain wall with a light switch.

Und dann wird es
etwas ruhiger ...

Energetische Begleitung

Ein weiterer Teil meiner Arbeit ist die **energetische Begleitung** – also das **Geistige Heilen**.

Dafür nehme ich mir meist etwa 15–30 Minuten Zeit. Ich verbinde mich in Ruhe mit dem Menschen und arbeite mit dem, was sich dabei zeigt.

Dabei geht es unter anderem um **energetische Reinigung** und darum, **Heilimpulse** zu setzen.

Dieser Teil kann in eine Behandlung eingebunden sein oder auch für sich stehen.

Keine Behandlung ist gleich

Ich habe keinen festen Ablauf, den ich bei jedem Menschen einfach abarbeite.

Natürlich gibt es Dinge, die für mich dazugehören. Aber ich schaue während der Behandlung immer wieder neu:

Was zeigt sich gerade? Wo darf ich genauer hinschauen?

Manchmal steht die körperliche Arbeit mit HNC® im Vordergrund, manchmal kommt die energetische Begleitung dazu.

Und manchmal entwickelt sich eine Behandlung ganz anders, als ich vorher gedacht hätte.

Genau das mag ich an meiner Arbeit.



Stellvertretende Arbeit

Gerade bei **kleinen Kindern und Tieren** kann die stellvertretende Arbeit eine wunderbare Möglichkeit sein.

Kleine Kinder können oft noch nicht in Worte fassen, was sie beschäftigt. Und auch Tiere zeigen uns manchmal deutlich, dass etwas nicht stimmt, können uns aber natürlich nicht sagen, was dahintersteckt.

Dann kann sich eine vertraute Bezugsperson stellvertretend zur Verfügung stellen.

Über ihren Muskeltest kann ich testen und arbeiten.

So arbeite ich zum Beispiel auch mit Rocky.
Meine Tochter Leonie stellt sich dafür zur Verfügung.

Die stellvertretende Person muss vorher die drei HNC®-Basisbehandlungen abgeschlossen haben.
Bei Erwachsenen arbeite ich nur mit deren Einverständnis.

A bright, modern gym with large windows, a mirror, and exercise equipment. The room is filled with natural light, creating strong shadows on the dark floor. A person is visible in the reflection of the mirror.

Bewegung gehört für mich dazu.

Durch meine eigene Zeit im Powerlifting habe ich viele Jahre erlebt, was Belastung, Spannung und Regeneration mit dem Körper machen.

Deshalb schaue ich auch bei meiner Arbeit auf Bewegung und Haltung.

- Wie bewegt sich der Körper?
- Wo hält er fest?
- Wo zeigen sich Unterschiede?

Dabei geht es nicht um Training. Bewegung hilft mir dabei, den Körper noch einmal anders wahrzunehmen und Zusammenhänge zu erkennen.

Das spielt im Alltag genauso eine Rolle wie im Sport.



Auch Sportler gehören zu meiner Arbeit.

Ich weiß aus eigener Erfahrung, was es heißt, den Körper zu fordern, Grenzen zu verschieben und trotzdem irgendwann zu merken: Irgendetwas passt nicht mehr.

Viele Jahre Powerlifting haben meinen Blick auf den Körper geprägt – und genau diese Erfahrung nehme ich heute mit in meine Arbeit.

Ich sehe den Körper nicht nur als funktionierende Maschine, sondern als ein ganzes System, in dem Spannungen, Belastungen und Zusammenhänge wirken können.

*Kraft, Beweglichkeit und Balance
gehören für mich zusammen.*



A Rottweiler dog is lying down on a dark surface, possibly a mat or blanket, in a gym setting. The dog's head is resting on its front paws, and its body is stretched out. In the foreground, a lit candle in a glass holder sits on a wooden tray with a green and gold patterned border. The background shows gym equipment, including a treadmill and a weight rack. The overall atmosphere is calm and cozy.

Und manchmal
braucht es
gar nicht viel.

Ruhe.
Zeit.
Einen Moment,
in dem nichts
geleistet werden
muss.



Genau dafür möchte
ich in meiner Arbeit
Raum geben.



Hier darf dein
System zur *Ruhe* kommen.

So läuft meine Begleitung ab

Zu Beginn stehen **drei aufeinander aufbauende Basisbehandlungen**.

Sie finden möglichst im Abstand von **etwa einer Woche** statt.

Diese drei Behandlungen bilden die **Grundlage** für die weitere Begleitung.

Was passiert in den 3 HNC®-Basisbehandlungen?

1. Behandlung – die körperliche Basis

Über den Muskeltest werden verschiedene Regelkreisläufe überprüft.

Anschließend werden Strukturen des Bewegungsapparates überprüft und korrigiert – unter anderem Becken, Schädel und Wirbelsäule.

2. Behandlung – weitere Grundzusammenhänge

Darauf aufbauend werden unter anderem Herz, Leber, Nieren, limbisches System und Hormonsystem überprüft und gegebenenfalls korrigiert.

3. Behandlung – individuelle Themen

Wir schauen, was sich durch die ersten beiden Behandlungen verändert hat, was stabil geblieben ist und was sich neu zeigt.

Darauf können wir gezielt an deinen individuellen Themen weiterarbeiten.

Meine Preise

GANZHEITLICH. INDIVIDUELL. IN DEINEM TEMPO.

1.–3. Basisbehandlung

150 € pro Behandlung

Zeitumfang in der Regel ca. 2–2,5 Stunden

Die drei Basisbehandlungen bauen aufeinander auf und bilden die Grundlage für die weitere Begleitung.

Ab der 4. Behandlung

130 € pro Behandlung

Zeitumfang in der Regel ca. 1–2 Stunden

Die weiteren Behandlungen richten sich individuell nach dem, was sich aktuell zeigt und was du gerade brauchst.

Kennenlerngespräch

kostenlos & unverbindlich

telefonisch oder persönlich in meiner Praxis

Energetische Begleitung ist Teil meiner Arbeitsweise und wird nicht gesondert berechnet.

A circular graphic with a light beige background. On the left side, there is a close-up photograph of white baby's breath flowers. In the center, a dark teal circle contains a white double quote symbol. Horizontal lines extend from the left and right sides of this circle. Below the quote, the text of the quote is written in a dark grey, sans-serif font. At the bottom, the words 'KUNDENSTIMME' are written in a smaller, dark teal, all-caps, sans-serif font, preceded by a short horizontal line.

“

„Was soll ich sagen,
sie hat mich mehr als
überzeugt, wer heilt,
hat recht, auch wenn
man es nicht versteht.“

KUNDENSTIMME



Lass uns kennenlernen.

Du möchtest wissen, ob meine Begleitung zu dir passt?

Bei einem kostenlosen und unverbindlichen
Kennenlerngespräch ist Raum für deine Fragen.

Telefonisch oder persönlich in meiner Praxis.

Mobil / WhatsApp: 0151 42471167

praxis.schilling@icloud.com

www.eugenia-schilling.de

Albstadtweg 6 · 70567 Stuttgart-Möhringen

Ich freue mich auf dich. Eugenia

