



# Gesundheitsberater Ausbildung

Termine 2026 - 2027



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 ihre Verbundenheit mit dem Thema Gesundheit zu einem Beruf machen und Menschen als zertifizierte:r Gesundheitsberater:in bei der Verbesserung ihres Lebensstils unterstützen möchten. In einer Zeit, in der viele Schwierigkeiten haben, nachhaltige Veränderungen in den Bereichen Ernährung, Bewegung und Stressmanagement umzusetzen, wächst der Bedarf an professioneller Gesundheitsberatung und Unterstützung stetig.

Im Verlauf der Ausbildung lernen Sie, individuelle Konzepte zu entwickeln, die alle relevanten Aspekte einer ganzheitlichen Gesundheitsberatung – Bewegung, Ernährung und Prävention – miteinander verbinden. Darüber hinaus erwerben Sie praktische Kompetenzen, um Menschen bei Herausforderungen wie Ernährungsumstellung, Bewegungsmangel, Entspannung und Stressabbau zu begleiten.

Die Ausbildung lässt sich gut mit Beruf und Alltag vereinbaren. Nach erfolgreichem Abschluss eröffnen sich vielfältige berufliche Perspektiven – in Unternehmen, Bildungseinrichtungen, Gemeindeprojekten – oder in einer selbstständigen Tätigkeit im Bereich Gesundheit und Prävention.

## Beschreibung

Die Ausbildung zum Gesundheitsberater bietet zwei thematische Schwerpunkte, die fundiertes Wissen und praktische Methoden in Bewegung, Ernährung und Prävention verbinden. Je nach persönlichem Interesse können Sie einen der beiden Wege wählen und sich gezielt spezialisieren.

**Abschluss:** Gesundheitsberater

**Dauer:** Beide Versionen umfassen 4 Kurse zu je 4 Tagen, insgesamt 144 Unterrichtseinheiten.

Verschiedene Fördermöglichkeiten sind verfügbar. Bitte kontaktieren Sie uns für weitere Informationen.

### Version A – Schwerpunkt Bewegung (NIT)

- Fokus auf neurophysiologisches Gleichgewicht, Körperwahrnehmung und Bewegungsintegration
- Methoden basierend auf der Neuro-Integrativen Therapie nach Moshe Kastiel
- Ziel: Schmerzen lindern, Bewegungsqualität verbessern und Selbstheilungskräfte aktivieren

### Version B – Schwerpunkt Ernährung

- Fokus auf gesundheitsorientierter Ernährung, Detox, Supplementierung und natürlichen Präventionsansätzen
- Vermittelt praktisches Wissen zur Erstellung individueller Ernährungspläne
- Ziel: körperliche und mentale Gesundheit durch maßgeschneiderte Ernährungskonzepte stärken

## 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.

## Version A - Schwerpunkt Bewegung (N.I.T. Neuro-Integrative Therapie ®)

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), 144 UE**

MODUL 6	START JULI 2026	START APRIL 2027
KURS 1	12.-15. Juli 2026	04.-07. April 2027
KURS 2	23.-26. August 2026	04.-07. Juli 2027
KURS 3	11.-14. Oktober 2026	29. Aug – 01. Sept 2027
KURS 4	29. November – 2. Dezember 2026	14.-17. Nov 2027
Prüfung	02. Dezember 2026	17. November 2027

## Version B - Schwerpunkt Ernährung

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 zu je 4 Tagen (So, Mo, Di, Mi 10 Uhr – 13 Uhr, 14 Uhr – 18 Uhr), 144 UE**

MODUL 16	START MAI 2026	START MAI 2027
KURS 1	31. Mai – 03. Juni 2026	23.-26. Mai 2027
KURS 2	05.-08. Juli 2026	08.-11. August 2027
KURS 3	09.-12. August 2026	19.-22. September 2027
KURS 4	05.-08. Oktober 2026	14.-17. November 2027
<b>Prüfung</b>	08. Oktober 2026	17. November 2027



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