




YOGA- & NATURHEIL-ZENTRUM

Carola & Konrad Stiefvater

DAS LOTUS

Yoga & Meditation
Workshops & Events
FrauenIntensivTraining
HealingWork
Yogalehrer-Ausbildung

0160/44 94 052
www.lotus-yogazentrum.de

PRAXIS

Heilpraktiker
Klassische Homöopathie
Osteopathie/Chiropraktik
Psychotherapie (HPG) - EMDR
Schamanismus

0781/92 46 623
www.naturheilpraxis-stiefvater.de

Presstext Guller Sonntag, 12. September 2021:

Yoga- & Naturheilzentrum Carola und Konrad Stiefvater jetzt in Offenburg-Walterweier

Das Lotus Yogazentrum, Heilpraktiker-Praxis und Partnerangebote unter einem Dach vereint / Tag der offenen Tür am 19. September von 10.00 bis 18.00 Uhr

„Mit dem Yoga- und Naturheilzentrum wird ein lang gehegter Herzenswunsch wahr“, sagt Yoga-Lehrerin Carola Stiefvater und ihre grünen Augen strahlen mit ihrem Jade-Schmuck um die Wette. Lange haben sie und ihr Mann Konrad, ausgebildeter Heilpraktiker und seit 2002 mit eigener Naturheilpraxis selbständig, nach der Möglichkeit gesucht, ihre beiden Berufe unter einem Dach zu vereinen. Yoga-Pionierin Carola Stiefvater ist in Offenburg keine Unbekannte, ihr lange am Holderstock angesiedeltes Yoga-Zentrum „Das Lotus“ genießt einen hervorragenden Ruf - auch über die Stadtgrenzen hinaus.

„Wir hatten die Hoffnung eigentlich schon fast aufgegeben, doch manchmal bringt das Leben Geschenke, wenn man sie am wenigsten erwartet“, sagt Konrad Stiefvater. Ausgerechnet in der wirtschaftlich herausfordernden Zeit der Corona-Pandemie bot sich eine Gelegenheit. Optimistisch und lebensbejahend wie die Stiefvaters sind, griffen sie zu. In der Hanns-Martin-Schleyer-Straße 9 haben sie nun ihren Traum verwirklicht. Auf über 300 Quadratmetern haben sie ein modernes, helles Yoga- und Naturheilzentrum geschaffen, mit dem man sofort warm wird - ein Ort, in dem Wohlbefinden, Gesundheit und Glück möglich werden.

Vielfältiges Angebot: Naturheilkunde, Yoga, Frauentrainings, Physiotherapie, Pilates, Thai-Chi und traditionelle Massagen

Neben dem neuen 120 Quadratmeter großen Yoga-Raum „Das Lotus“ und der Naturheilpraxis mit Therapiebereich entstanden zwei weitere einladende Praxisräume von Physiotherapeutin Dunja Klein und Heilpraktikerin Monika Eppelt. Dunja Klein hat sich auf Ortho-Bionomy® spezialisiert, eine schmerzfreie manuelle Methode der Osteopathie sowie auf „Somatic Experience“, einem körperorientierten Ansatz zur Lösung von Traumatas. Bewegungs-Expertin Monika Eppelt bietet Pilates- und Tai-Chi-Kurse, Shiatsu Massagen sowie traditionelle „ThaiYoga“-Behandlungen, bei der durch Druck von Daumen, Händen, Knien und Füßen kombiniert mit Yoga-Positionen Blockaden gelockert werden.

Selbstheilungsprozesse anstoßen

Carola Stiefvater sitzt auf dem Podium in ihrem weitläufigen Yoga-Studio und reckt die Arme weit in die Höhe. Kuschelige Schafswollmatten auf dem Boden, Bambusholz an den Wänden, warme Raumfarben und sphärische Klänge vermitteln sofort ein Wohlgefühl. „Ihr bleibt in der Dehnung, beugt Euch nach rechts, links, jeder soweit er kann“, sagt Stiefvater, deren Energie in der Luft liegt. Die Teilnehmerinnen halten die Dehnung für ein paar Atemzüge, bevor sie abschließend die Seite wechseln und entspannt ausatmen. Heute gibt Stiefvater einen Kurs in „Kundalini Yoga“, sie ist Spezialistin und Pionierin des modernen Kundalini, einem dynamischen Yogastil, der die eigene Vitalität erweckt und gleichzeitig die Leichtigkeit und Entspannung im Körper und im Alltag erhöht. Ihr Team gibt auch wöchentliche Kurse in anderen Yogastilen wie Vinyasa, Hatha, YinYoga.

„Wir unterrichten Yoga undogmatisch und alltagstauglich, jeder und jede kann das praktizieren. Es hebt die Laune, macht einem strahlend und fördert den Stoffwechsel“, weiß Stiefvater.

„Von Menschen für Menschen“, zieht sich wie ein roter Faden durch alle Angebote des neuen Zentrums.

„Unsere aller Arbeit ist ganzheitlich und tiefwirkend, wir unterstützen, motivieren, bieten Raum und Zeit, geben Anleitung für Heilungsprozesse, stoßen Entwicklungen an und begleiten mit großer Herzenswärme“, so Carola Stiefvater, die auch ein spezielles Frauen-Intensiv-Programm entwickelt hat und damit sehr erfolgreich ist: „Wholy Woman – Frau sein. Ganz sein.“

Bodenständiger Heilpraktiker und gefragter Schamanismus-Experte

Zwei Räume weiter sitzt Konrad Stiefvater an seinem Schreibtisch aus Walnussholz aus der Ortenau und bespricht mit einer Patientin den weiteren Behandlungsverlauf. Sie plagt eine schmerzhaft Verspannung im Rücken, die Stiefvater gleich mit sanften osteopathischen Techniken durch den Druck seiner Hände lockern wird. Der gebürtige Offenburger praktiziert seit über 20 Jahren als Heilpraktiker und ist spezialisiert auf klassische Homöopathie, manuelle Therapieverfahren wie strukturelle Osteopathie und Wirbelsäulen-Behandlungen sowie „EMDR“ und „Brainspotting“, mit diesen Methoden können Traumafolgestörungen bei Erwachsenen, Jugendlichen und Kindern behandelt werden. Auch arbeitet er erfolgreich in der biologischen Krebstherapie, die als Ergänzung, Erweiterung und Unterstützung der klinisch-onkologischen Medizin dient. „Eigentlich bilde ich das gesamte Spektrum einer klassischen Hausarzt-Praxis ab und behandle unterschiedlichste körperliche und seelischen Gesundheitsstörungen von z.B. Erkältungen bis hin zu chronischen Erkrankungen, erläutert der Heilpraktiker, dessen Patienten sein ruhiges, empathisches und zugewandtes Auftreten besonders schätzen.

Im Gespräch mit beiden Stiefvaters wird schnell klar, hier wirken keine abgehobenen Esoteriker, sondern natürliche, authentische und bodenständige Menschen. „Das ist uns ganz wichtig“, betont Stiefvater, der auch als praktizierender Schamane tätig ist. „Das ist kein Hokuspokus, bei der schreiend über ein Feuer gesprungen wird, sondern eine etablierte alternative Heilmethode mit über tausend Jahren Tradition“, erklärt Stiefvater, dessen Arbeit als „Schwarzwald-Schamane“ mehrfach von einem SWR-Fernsehteam eindrucksvoll dokumentiert wurde (z.B. „Mystischer Südschwarzwald“). „Schamanismus verändert den Bewusstseinsstatus und regt die Selbstheilung an“, weiß der Experte. Auf Stiefvaters Erfahrung greifen inzwischen auch renommierte Unternehmen aus ganz Südbaden zurück, um ihre Gebäude schamanisch reinigen zu lassen und Blockaden zu lösen, um dem Unternehmen zum eigenständigen, kraftvollen Erfolg zu verhelfen.

Carola und Konrad Stiefvater freuen sich mit allen im Zentrum darauf, Interessierte bei Ihrem Tag der offenen Tür persönlich kennen zu lernen, die neuen Räume können besichtigt und in ein kleines Repertoire der aktuellen Bewegungsangebote kann geschnuppert werden.