




**KÖRPERKOLLEG**

Wissen. Macht. Gesundheit



Der Erreger ist nichts,  
der Nährboden ist alles.

CLAUDE BERNARD

## 1. DAS ZIEL

Mein übergeordnetes Ziel ist es, Ihnen als meine Kunden und Patienten zu mehr Mündigkeit und Selbstbestimmtheit in Sachen eigener Gesundheit zu verhelfen.

## 2. DIE BASIS

Grundlage meines Handelns ist der Denkansatz der *Salutogenese*. Dieser richtet sich nach der grundsätzlichen Frage: „Welcher natürlichen Strategien und Ressourcen bedient sich ein Organismus, um sich gesund erhalten oder genesen zu können?“

Oder, um diese Frage aus der reinen Wortbedeutung heraus zu formulieren: „*Woraus generiert sich Gesundheit, Heil und Glück?*“

Ich helfe Ihnen die natürlichen Wirkmechanismen unseres Körpers zu verstehen und somit Ihre eigene Situation neu und positiv, realistisch bewerten zu können. Letztendlich soll es Ihnen damit nahezu unmöglich sein, dies nicht in selbstbestimmtes Handeln umzusetzen zu wollen!

Und diese Handeln werde ich sehr gerne nach Kräften bis zur Eigenständigkeit unterstützen. Somit wird Ihre Gesundheit in der Zukunft für Sie immer ein handhabbares Gut für ein mündiges, aktives Leben sein.

Diese Vorgehensweise entspricht der sogenannten KAP-Formel, welche abgekürzt für *Knowledge, Attitude* und *Performance* steht. Sie ist der elementare Kern des Aufklärungskonzeptes in der Prävention. Mit *Wissen* zur Zuversicht, mit neuer *Macht* zur mehr *Gesundheit*.

### 3. DIE WERKZEUGE

Manuelle Therapie & Chiropraktik — vor allem zur klinischen Analyse und gezielten direkten Linderung akuterer Beschwerden.

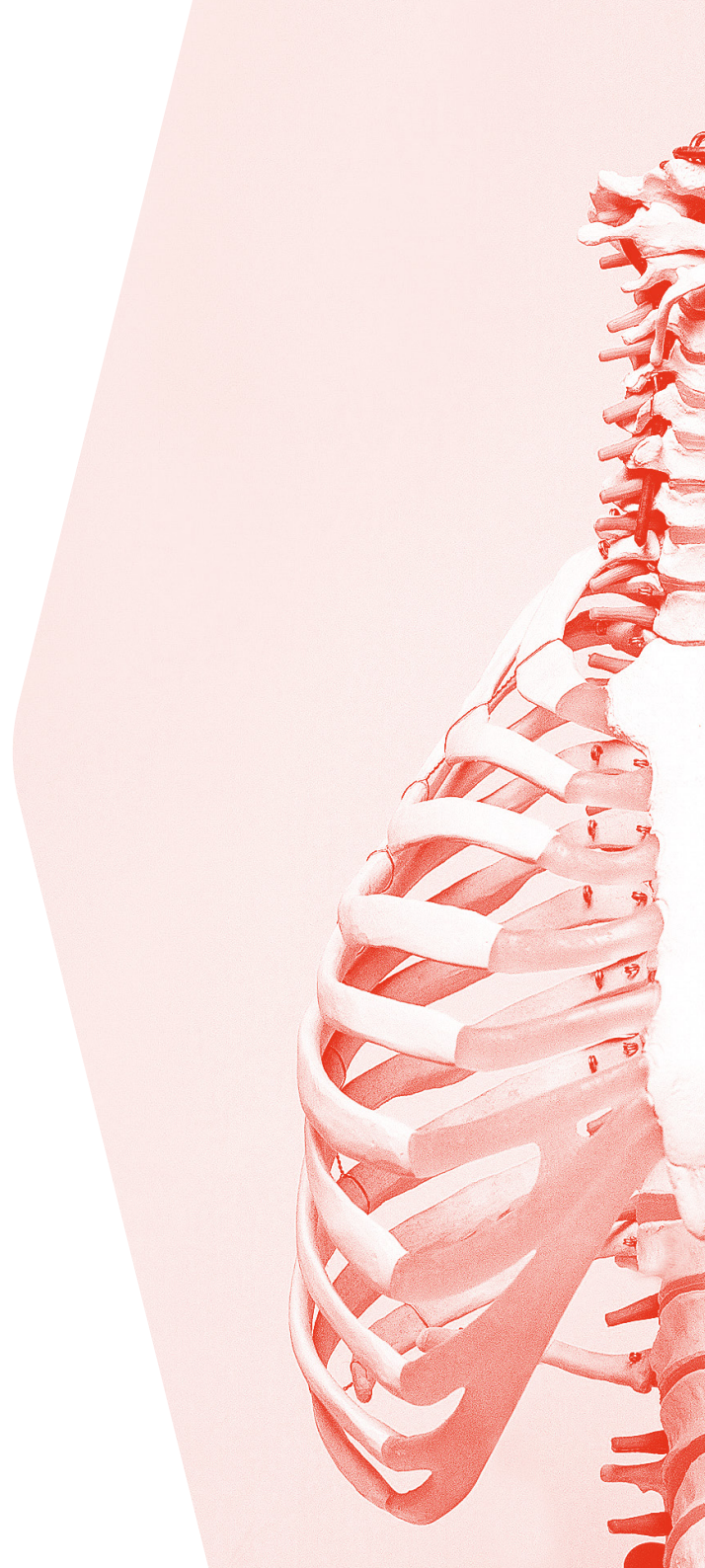
Hierfür unerlässlich ist auch immer ein Plan zum Erhalt und Ausbau der erzielten Ergebnisse für Sie persönlich.

---

Beratung in Sachen — *Artgerechter Haltung Mensch* — auf Basis eines Wissenschaftsbereiches mit Namen PsychoNeuroImmunologie (PNI) bzw. der klinischen PsychoNeuroImmunologie (kPNI).

Dieser Forschungszweig der Medizin untersucht mit Nachdruck die Wirkmechanismen des menschlichen Organismus um direkt anwendbares Wissen daraus abzuleiten.

Hier geht es zunächst um die artgerecht angepasste Gestaltung des Alltags und der Ernährungsweise. Aber auch was das alltags-taugliche Training angeht, gibt es eine Vielzahl an Möglichkeiten sich naturnah zu verhalten.





#### 4. DIE PERSON

Eik Lenhart  
Jahrgang 1982  
Staatlich geprüfter Physiotherapeut

Hauptmotivation dieses Tätigkeitsfeld zu ergreifen war, meine persönliche Beschwerdesituation in die eigenen Hände nehmen zu können.

Nun gebe ich mein erworbenes Wissen mit Freude und Erfolg an meine Kunden und Patienten weiter. Grundsätzlich messe ich mich nicht an den Dingen die bisher funktioniert haben, sondern an denen, die mir Entwicklungspotenzial aufzeigen. So bleibe ich offen und kritisch, um in Zukunft immer die beste Version meines Handelns liefern zu können.

#### 5. DER NAME

Den Namen *KörperKolleg* habe ich für dieses Vorhaben gewählt, da er neben unserem Körper bzw. Organismus mit dem Namen Kolleg noch zwei weitere elementare Faktoren enthält: *Gemeinschaft* und *Lernen*.

## KONTAKT

Eik Lenhart  
Physiotherapie & Beratung  
(+49) 151 202 63 220  
[e.lenhart@koerperkolleg.de](mailto:e.lenhart@koerperkolleg.de)