

PROF. GÜNTHER W. AMANN-JENNSON

schlafpsychologie.schlafcoaching



Einladung zum Ausbildungs-Seminar:

Zertifizierte Ausbildung zum Schlaf-Gesund-Coach nach Prof. Dr. med. h.c. Amann-Jennson

27. Februar - 01. März 2026

SAMINA Akademie | Obere Lände 7, A-6820 Frastanz

„Wer Schlaf versteht, versteht Gesundheit – und kann echte Heilung begleiten.“

Schlechter Schlaf verzögert Heilungsprozesse, schwächt das Immunsystem und fördert chronische Entzündungen. Schlafmangel beeinträchtigt die körperliche und mentale Regeneration – jede Therapie wird dadurch weniger wirksam.

Gerade für Ärzte, Physiotherapeut:innen und Therapeut:innen ist deshalb Schlaf essenziell, weil er alle zentralen Heilungsprozesse unterstützt. Ein gesunder Schlaf verbessert Therapieergebnisse, stärkt das Immunsystem, fördert neuronale Regeneration und beschleunigt körperliche Erholung – die Basis jeder erfolgreichen Behandlung.

Einladung zur Ausbildung

**Zertifizierter Schlaf-Gesund-Coach
nach Prof. Günther W. Amann-Jennson**
Freitag bis Sonntag – 27. Februar - 01. März 2026



Ausbildungsziel

Diese Ausbildung richtet sich an Ärzt:innen, Therapeut:innen und Gesundheitsprofis, die Schlaf als zentrale Gesundheits- und Behandlungssäule in Prävention, Diagnostik und Therapie integrieren möchten.

Ihr Nutzen:

- Ganzheitliches Verständnis von Schlaf (Körper, Geist, Seele)
- Wissenschaftlich fundiertes Wissen + praxisnahe Methoden
- Konkrete Tools für die Arbeit mit Patient:innen und Klient:innen

Inhalte der Ausbildung zum/zur zertifizierten Schlaf-Gesund-Coach

Schlafwissenschaft & Grundlagen

- Schlafbiologie, Chronobiologie und Schlafarchitektur
- Nervus Vagus und Parasympathikus als Schlüssel zur Regeneration
- Mythen und Fakten rund um den Schlaf

Schlafstörungen verstehen & analysieren

- Ein- & Durchschlafprobleme, Schlafapnoe, stressbedingte Störungen
- Ganzheitliche Anamnese & Schlafmessung (WatchPAT® One)
- Systemische Beratung: Nervensystem, Umwelt, Verhalten

Schlafplatz-Optimierung (SAMINA-Ansatz)

- Ganzkörper-Schräglage (5.5°) für bessere Gehirnentgiftung & Kreislauf
- Körpererdung (Lokosana®) zur Beruhigung des Nervensystems
- Orthopädisches, metallfreies Bettsystem als biologische Basis

Praxis & Coaching-Kompetenz

- Integration in medizinische & therapeutische Berufsfelder
- Klient:innen begleiten, motivieren und Erfolge messbar machen

„Schlaf ist die stärkste Form der Heil-Manifestation – ganzheitlich & tiefwirksam.“

– Prof. Dr. med. h.c. Günther W. Amann-Jennson

Kommunikation & Coaching-Kompetenz

- Gesprächsführung, Motivation und Anleitung im Coaching-Prozess
- Integration in medizinische, therapeutische und beratende Berufsfelder

Mit dem Schlaf-Gesund-Coaching nach dem Konzept von Prof. Amann-Jennson erhalten Sie als Arzt, Therapeut:in oder Gesundheitsprofi ein wirkungsvolles Instrument, um die Therapieergebnisse Ihrer Patient:innen deutlich zu verbessern – ganzheitlich, wissenschaftlich fundiert und praxisnah.

Besonderes Highlight

Live-Schlafmessungen bei **zwei ausgewählten Teilnehmer:innen** mit professioneller Auswertung: Schlafarchitektur, Atmung, Herzfrequenz, Stresslevel u.v.m. - praxisnah und direkt umsetzbar.

- Schlafarchitektur (Leicht-, Tief- und REM-Schlaf)
- Atemmuster, Herzfrequenz & Sauerstoffsättigung (O₂)
- Hinweise auf **Schnarchen und Atemaussetzer (z. B. Obstruktive Schlafapnoe – OSA)**
- Körperpositionen im Schlaf
- Einschlaflatenz, Aufwachreaktionen, Gesamtschlafdauer
- Stresslevel & autonome Aktivität in der Nacht

Diese Analyse zeigt praxisnah, **wie moderne Diagnostik und Schlaf-Gesund-Coaching zusammenwirken** – besonders bei der **Erkennung gefährlicher Atmungsstörungen wie OSA**, die häufig unerkannt bleiben und zu Therapie-Resistenzen führen.

Teilnehmer:innen-Stimme

„Diese Ausbildung war eine persönliche und berufliche Bereicherung. Die Verbindung von Wissenschaft, Praxis und innerem Bewusstsein hat mich tief beeindruckt.“

– N. N., Ärztin für Allgemeinmedizin & Stressmedizin

Programm

Freitag, 27.02. - Sonntag, 01.03.2026

- Freitag, Eintreffen ab 16:00 Uhr - Start 16:30 Uhr
- Sonntag, bis 15:30 Uhr
- Treffpunkt SAMINA-Zentrale

Seminar-Team & Leitung

Seminarleitung: Prof. Dr. med. h.c. Günther W. Amann-Jennson

Zusätzliche Vorträge & Inputs: Schlaf-Gesund-Coach Matthias Hartl

Allgemeine Seminarbetreuung: Sylke Andermann u.a.

SAMINA Partnerschaft & Betreuung vor Ort: Philipp & Sabrina Amann (Geschäftsleitung)

Marketing & Kommunikation: Francois von Glasow

Zertifikat & Vernetzung

Nach erfolgreicher Teilnahme:

- Zertifikat „Zertifizierter Schlaf-Gesund-Coach“
- Zugang zu vertiefenden Modulen & SAMINA Partnernetzwerk
- Community-Austausch

Anmeldung & Seminar-Gebühr

Ort: SAMINA Akademie, Obere Lände 7, 6820 Frastanz
Preis: EUR 1.430,- + 20 % MwSt. (inkl. Hotel) / EUR 1.180,- + 20 % MwSt. (ohne Hotel)
Teilnehmerzahl: Max. 20 Personen
Paarrabatt: -50% für die zweite Person

In der Seminar-Gebühr inklusive:

- Übernachtungen im SAMINA Schlafsystem
- Vollverpflegung & Frühstück im Hotel
- Nutzung des Recovery Centers (Kältekammer, Infrarot, Entspannung)
- Hörbuch-Version inkl. 3 geführter Meditationen (Einschlaf-, Morgen- und Tagesmeditation)
- Seminarunterlagen
- Begleitbuch "The Sleep Shift - die neue Wissenschaft des Schlafcoachings" (165 Seiten)
- Goodie-Bag

Kurz-Porträt Prof. Dr. med. h.c. Günther W. Amann-Jennson

Prof. Amann-Jennson ist international führender Schlafexperte, mehrfacher Buchautor und gefragter Speaker. Als Begründer der **Bio-energetischen Schlaftherapie** erforscht er seit Jahrzehnten die tiefgreifende Wirkung von Schlaf auf Regeneration, Selbstheilung und Lebensenergie. Mit seiner wissenschaftlich fundierten, praxisnahen Herangehensweise hat er die Sichtweise auf Schlaf nachhaltig verändert – vom passiven Ruheprozess zur **zentralen Gesundheits- und Therapie-Ressource**.

Diese Ausbildung basiert auf seinem Wissen, seiner Erfahrung und seinem Credo: „Schlaf ist die mächtigste Gesundheitsressource des Menschen.“



**Jetzt anmelden -
und den Schlaf als Schlüssel für Heilung
und Gesundheit nutzen!**

Verwenden Sie bitte das folgende Anmeldeformular!



Anmeldeformular

Institut für SchlafPsychologie und Schlafcoaching

Prof. Günther W. Amann-Jennson
Obere Lände 7
A-6820 Frastanz

Zahlung Seminar-Gebühr:

IBAN: AT64 3742 2000 0003 5162
BIC: RVVGAT2B422

E-Mail: info@schlafcoaching.com
Telefon: +43 (0)5522 53500
www.amann-jennson.com

Ja, ich melde mich verbindlich zum Seminar an (27.02. – 01.03 2026)

mit Hotel € 1.430,00 + 20% MwSt.

ohne Hotel € 1.180,00 + 20 % MwSt.

Nein, ich kann nicht teilnehmen, bin aber weiterhin interessiert

Persönliche Angaben (Teilnehmer:in 1):

Name:

Adresse:

E-Mail:

Telefon:

UID (falls vorhanden):

Ausbildung:

Tätigkeit:

Ich möchte tätig sein als Schlafcoach: nebenberuflich hauptberuflich

Zusätzliche Anmeldung (Teilnehmer:in 2 – bei Paarbuchung):

Name:

Adresse:

E-Mail:

Telefon:

UID (falls vorhanden):

Ausbildung:

Tätigkeit:

Ich möchte tätig sein als Schlafcoach: nebenberuflich hauptberuflich

Bitte an info@schlafcoaching.com senden

Anmeldeschluss: 16. Februar 2026