

Von der Opernbühne in die Praxis: Ekaterina Potego eröffnet Cranio Balances

Jahrelang wirkte ihre Stimme heilsam, heute hilft Ekaterina Potego durch sanfte Craniosacral-Praxis bei „Cranio Balances“.

WIEN, WIEN, AUSTRIA, July 13, 2026
/EINPresswire.com/ -- Über viele Jahre begeisterte Ekaterina Potego als Sopranistin ihr Publikum in Konzertsälen und auf Opernbühnen, insbesondere in Österreich. Konzertreisen führten sie außerdem nach China, Indien, Usbekistan und in zahlreiche weitere Länder Europas.

Heute arbeitet sie an einem anderen Ort und auf eine andere Weise mit Menschen. In ihrer Praxis Cranio Balances in der Stadiongasse 5/2a im ersten Wiener Bezirk begleitet sie Menschen [mit Craniosacral Balance](#).

Der Schritt von der Bühne in den Behandlungsraum kam nicht von ungefähr.

Ekaterina Potego stammt aus einer Ärztesfamilie und ist mit Medizin und Heilkunde aufgewachsen. Auch ihre Fähigkeit, Menschen zu berühren und ihnen aufmerksam zuzuhören, begleitet sie seit ihrer Zeit als Sängerin. Den entscheidenden Impuls für ihren beruflichen Neuanfang gab jedoch eine Begegnung im Pflegezentrum Klosterneuburg, wo sie ehrenamtlich tätig war.

Dort lernte sie eine Bewohnerin kennen, die auf einen Rollstuhl angewiesen war und nach Einschätzung ihrer behandelnden Ärzte als austerapiert galt. Im Verlauf der Begleitung zeigte die Frau bemerkenswerte Fortschritte. Sie konnte wieder selbstständig aufstehen, sich eigenständig duschen, schreiben, deutlicher sprechen, besser sehen und essen sowie viele alltägliche Tätigkeiten wieder selbst ausführen. Jeder dieser Schritte bedeutete für sie ein Stück mehr Selbstständigkeit und Lebensqualität.

„Solche Entwicklungen freuen mich sehr und zeigen, was manchmal möglich ist“, sagt Ekaterina



„Ekaterina Potego“ – Von der Sopranistin zur Craniosacral-Praktikerin.



„Ich bin überzeugt, dass Menschen leichter zu mehr Wohlbefinden finden, wenn sie sich verstanden und gut begleitet fühlen“

*Ekaterina Potego,
Craniosacral-Praktikerin*

Potego.

Heute führt sie ihre eigene Praxis und begleitet Menschen mit unterschiedlichsten Beschwerden und Belastungen. Viele suchen sie wegen langjähriger Verspannungen, anhaltendem Stress oder nach körperlich fordernden Lebensphasen auf.

Im Mittelpunkt ihrer Arbeit stehen das myofasziale System, der Vagusnerv sowie die Strukturen des Kopfes und des

craniosacralen Systems. Mit achtsamen und gezielten Berührungen arbeitet Ekaterina Potego im Bereich von Kopf, Hals, Wirbelsäule und Brustkorb. Ziel ihrer Arbeit ist es, Spannungsmuster im Gewebe zu lösen, die natürliche Beweglichkeit der Strukturen zu unterstützen und die körpereigenen Regulationsprozesse anzuregen.

Dabei schenkt sie den Geweben und Strukturen des Kopfbereichs sowie dem vegetativen Nervensystem besondere Aufmerksamkeit. Die Arbeit beschränkt sich dabei nicht auf den Kopf – ihre Berührungen folgen den Spannungslinien des gesamten Körpers. So entsteht Raum für den Körper, sich neu zu organisieren, Spannungen loszulassen und wieder zu mehr Balance zu finden.

Die Sitzungen finden bekleidet auf einer Liege statt.

Ein halbes Jahr nach der Eröffnung hat sich die Praxis bereits herumgesprochen. Viele Klientinnen und Klienten kommen auf Empfehlung, viele entscheiden sich nach der ersten Sitzung für eine weitere Begleitung.

Manche suchen die Praxis wegen hartnäckiger Verspannungen auf, andere möchten nach einer belastenden Lebensphase oder einem körperlichen Eingriff wieder zu Kräften kommen. Auffallend viele tragen ihre Beschwerden bereits seit Jahren mit sich und haben sich längst damit abgefunden. Umso größer ist ihre Freude, wenn sich Spannungen lösen und sie Veränderungen wahrnehmen, die sie zuvor nicht mehr für möglich gehalten hätten. Von solchen Erfahrungen berichten Klientinnen und Klienten immer wieder.

Für Ekaterina Potego schließt sich damit ein Kreis. Früher berührte sie die Menschen mit ihrer Stimme. Heute berührt sie sie mit jener außergewöhnlichen Feinfühligkeit, Wahrnehmung und Aufmerksamkeit, die sie über Jahrzehnte als Sängerin entwickelt hat. Was früher der Musik galt, stellt sie heute in den Dienst der Menschen, die ihre Praxis aufsuchen.

[Über Cranio Balances](#)

Cranio Balances ist die Praxis von Ekaterina Potego für Craniosacral Balance im ersten Wiener

Bezirk. Im Mittelpunkt ihrer Arbeit stehen das myofasziale System, der Vagusnerv sowie die Strukturen des Kopfes und des craniosacralen Systems. Ziel ist es, Spannungsmuster zu lösen, die natürliche Beweglichkeit des Körpers zu fördern und die körpereigenen Regulationsprozesse zu unterstützen. Die Behandlungen finden in ruhiger Atmosphäre und nach Terminvereinbarung statt.

Cranio Balances befindet sich in der Stadiongasse 5/2a, 1010 Wien, Österreich.

Ekaterina Potego
Cranio Balances
+43 670 3019914
office@craniobalances.com

This press release can be viewed online at: <https://www.einpresswire.com/article/926115804>

EIN Presswire's priority is source transparency. We do not allow opaque clients, and our editors try to be careful about weeding out false and misleading content. As a user, if you see something we have missed, please do bring it to our attention. Your help is welcome. EIN Presswire, Everyone's Internet News Presswire™, tries to define some of the boundaries that are reasonable in today's world. Please see our Editorial Guidelines for more information.

© 1995-2026 Newsmatics Inc. All Right Reserved.