

amanu Gesundheitszentrum
Impulstag zu den Jahreszeiten für Frauen

Sommerfülle

Sinnenfreude für Körper, Geist und Seele
atmen, spüren, genießen

Samstag, 23.06.2018
10.00 bis 17.30 Uhr

mit
Daniela von Stosch, Atemtherapeutin®
und
Susanne Schwarze, Mediatorin

Kosten : € 95,--

Die Sommerfülle ist reichhaltig! Darum: Innehalten, Durchatmen.
Ein Tag zum Aufzutanken. Die weiblichen Kräfte nähren.

Wir werden mit leichten Bewegungsübungen und Körperdehnung die Atmung anregen. Dadurch werden wir elastisch und aufnahmefähig für die Schönheit und Wärme des Sommers. Wir stärken unsere Beckenkraft, unseren ureigenen weiblichen Grund – unsere Kraft der weiblichen Mitte!

Ein kleine Wanderung zu einem Kraftplatz und Rituale in der freien Natur bringen die Kraft der Elemente in unseren Geist und Körper.

Anstrengungen und Alltagsprobleme dürfen sich wandeln.
Die bewegte Atemarbeit wirkt selbstregulierend und wohltuend bei vielfältigen Beschwerden.

Wir freuen uns auf Sie !

Bitte Brotzeit, Getränk, Decke und kleines Kissen mitbringen.

Anmeldung bitte an der Rezeption **amanu Gesundheitszentrum**, Piusheim bei Glonn
Telefon 08093 905930, Raphaelweg 13
Weitere Informationen finden Sie unter www.raumfuerneueperspektiven.de