



stilles qigong | tian ai qigong
sabine jakob



NATURHEILPRAXIS MARIA HARTMANN

Die „Himmlische Schwalbe“

Bewegtes Qigong und Kräuter zum Entgiften und Reinigen

Online - Energietag am 15.05.2021

Die Entgiftungsübung „Himmlische Schwalbe“ hilft dem Körper durch teils kräftige Bewegungen, den Stoffwechsel anzuregen, intensiv zu entgiften, das Gewicht zu regulieren und sich fit zu halten. Zusätzlich reinigen und harmonisieren sich auch die Emotionen: eine Übung für ein neues Rundum-Wohlfühlen. Diese Übung wirkt sich außerdem förderlich auf Beweglichkeit und Kondition aus. Wir werden leicht, heiter und geschmeidig.

Ausgewählte Kräuteranwendungen unterstützen uns in diesem Prozess. So werden wir an diesem Tag dynamisch - in Ruhe und kraftvoller Bewegung - für unser Wohlbefinden sorgen.

- Veranstalterinnen: Maria Hartmann (Heilpraktikerin), naturheilpraxis-maria-hartmann.de
Sabine Jakob (Qigong-Trainerin), qigong-stille.de
- Zeit: Samstag, 15.05.2021, von 10.00–17.00 Uhr
- Kosten: 95.- € inkl. Kräuteranwendung
- Bitte vorbereiten: ZOOM-App Installation und Kenntnisse in deren Anwendung
bequeme Kleidung, Wollsocken, Schreibzeug für eigene Aufzeichnungen,
Wärmflasche sowie Baumwoll-/Wolltücher für einen Kräuterwickel
- Kontakt/ Anmeldung: Maria Hartmann, Tel.: 05522- 317 87 61
Sabine Jakob, Tel.: 05108- 876 94 57
Anmeldungen bitte verbindlich bis spätestens 08.05.2021

Der Tageskurs findet statt, wenn mindestens 6 Anmeldungen vorliegen. Es sind 15 Plätze verfügbar.

Die Teilnahme erfolgt in eigener Verantwortung.

Wir freuen uns auf Ihr/ Euer Kommen!