



stilles qigong | tian ai qigong  
sabine jakob



NATURHEILPRAXIS MARIA HARTMANN

# Das Immunsystem stärken: mit Qigong und Kräutern für Lunge und Dickdarm

## Online - Energietag am 25.09.2021

In diesen besonderen Zeiten benötigen wir ein starkes Immunsystem! Das zuständige Organ hierfür ist u.a. die Lunge. Mit der Lungen-Qigong-Übung stärkst Du Deine körpereigene Abwehrkraft, Deine Abgrenzungsfähigkeit und vertreibst trübe Stimmungen aus deiner Seele. Auch der Dickdarm wird in seiner Entgiftungsfunktion unterstützt. Wir üben uns im Loslassen und werden dadurch freier.

Körper, Seele und Geist erhalten Energie, um gestärkt durch diesen Herbst zu gelangen.

An diesem Tag können wir uns Zeit nehmen, Lunge und Dickdarm Gutes zu tun.

Wir lernen eine wirkungsvolle Übung aus dem Qigong, die diese Organe reguliert und stärkt.

Anwendungen mit Kräutern unterstützen diesen Prozess.

Veranstalterinnen: Maria Hartmann (Heilpraktikerin), [naturheilpraxis-maria-hartmann.de](http://naturheilpraxis-maria-hartmann.de)  
Sabine Jakob (Qigong-Trainerin), [qigong-stille.de](http://qigong-stille.de)

Zeit: Samstag, 25.09.2021, von 10.00–17.00 Uhr

Kosten: 95,- € inkl. Kräuteranwendung

Bitte vorbereiten: ZOOM-App Installation  
bequeme Kleidung, Stoppersocken, Schreibzeug für 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 18.09.2021.

Der Energietag 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!**