



stilles qigong | tian ai qigong  
sabine jakob



NATURHEILPRAXIS MARIA HARTMANN

## Frühjahrsputz für Körper und Seele- mit Qigong und Kräutern die Leber stärken

### Energietag am 16.03.2019 in Osterode

In der Traditionellen Chinesischen Medizin ist der Frühling die Jahreszeit, in der wir die Leber reinigen und stärken sollten. Wir reinigen uns von angesammelten Ärger, Groll und anderen emotionalen „Altlasten“. Gelassenheit und eine sanfte innere Stimmung entwickeln sich.

An diesem Tag können wir uns Zeit nehmen, unserer Leber etwas Gutes zu tun.

Wir lernen mit Übungen aus dem Qigong, die Leber wirkungsvoll zu reinigen und zu nähren.

Anwendungen mit Kräutern unterstützen diesen Prozess.

Mit gestärkter Leberkraft begrüßen wir den Frühling.

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

Ort: [Gemeindehaus der Kirchengemeinde](#)  
[Kirchstr. 5](#)  
[37520 Osterode-Schwiegershausen](#)

Zeit: Samstag, 16.03.2019, von 10.00–17.00 Uhr

Kosten: 80.- € inkl. Kräuteranwendung (Sozialpreis 70.-€)

Bitte mitbringen: 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 10.03.2019.

Der Seminartag findet statt, wenn mindestens 5 Anmeldungen vorliegen.

Die Teilnahme erfolgt in eigener Verantwortung.

Wir freuen uns auf Ihr/ Euer Kommen!