



stilles qigong | tian ai qigong
sabine jakob



NATURHEILPRAXIS MARIA HARTMANN

Eine Schutzhülle für mich: mit Qigong, Kräutern und Meditation kraftvoll und geschützt durch die Welt schreiten

Online-Energietag am 27.03.2021

Fühlst du Dich oft ungeschützt und bist erschöpft oder reizüberflutet? Verlierst Du Deine innere Balance im Kontakt mit anderen? Kannst Du Dich schlecht gegenüber äußeren Einflüssen abgrenzen? Bist Du im Beruf durch viele Kontakte und Bedürfnisse anderer gefordert? In diesem Webinar widmen wir unsere Aufmerksamkeit unserem *Selbstschutz*. Wie können wir Gelassenheit und Entspannung selbst in oder nach herausfordernden Situationen kultivieren?

Wir lernen mit Übungen aus dem Qigong, mit Meditationen und der Kraft der Pflanzen, in uns *gesunde Abgrenzung* und eine *angstfreie Haltung* zu kultivieren.

So können wir mit innerer Klarheit und Vertrauen durch das Leben gehen.

- Veranstalterinnen: Maria Hartmann (Heilpraktikerin), naturheilpraxis-maria-hartmann.de
Sabine Jakob (Qigong-Trainerin), qigong-stille.de
- Zeit: Samstag, 27.03.2021, von 10.00–17.00 Uhr
- Kosten: 95.- € inkl. Kräuteranwendung
- Bitte vorbereiten: ZOOM-App Installation
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 21.03.2021.

Der Seminartag 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!