



stilles qigong | tian ai qigong  
sabine jakob



NATURHEILPRAXIS MARIA HARTMANN

# Die Welt ist laut - wir halten inne: mit Qigong und Kräutern die Nieren stärken

## Online - Energietag am 12.11.2022

Welche Auswirkungen hat der „Lärm der Welt“ auf unsere Gesundheit? Spürst Du Stress, Erschöpfung und Angst? Neigst Du zu Depressionen, resignierst Du? Oder bist Du im Dauer-Alarm-Zustand?

Die Stärkung der Nieren hilft Dir, gelassener, kraftvoller und ruhiger zu werden.

Nierenkraft ist Lebenskraft!

Sind Deine Nieren stark, kommst Du gesund durch den Winter und baust Kraft für das kommende Jahr auf. Gerade in diesen Zeiten!

An diesem Tag halten wir inne, werden still und „füttern“ unsere Nieren.

Wir lernen eine wirkungsvolle Übung aus dem Qigong, die dieses Organ reguliert und stärkt.

Anwendungen mit Kräutern unterstützen diesen Prozess.

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

Zeit: Samstag, 12.11.2022, von 10.00–17.00 Uhr

Kosten: 95.- € inkl. Kräuteranwendung

Bitte vorbereiten: Zoom-App-Installation und Kenntnisse in deren Anwendung  
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 05.11.2022.**

Das Webinar findet statt, wenn mindestens 6 Anmeldungen vorliegen. Es sind 15 Plätze verfügbar.

Die Teilnahme erfolgt in eigener Verantwortung.

Wir freuen uns auf Euch!