



5 Elemente Workshopserie in der Natur Herzflug – Element Feuer

Die 5 Elemente der Traditionellen Chinesischen Medizin sind gesundheitsfördernde Begleiter durch unser Leben. Gezielte Übungen und dieses Wissen stärken Körper, Geist und Seele, schenken Kraft im täglichen Leben und helfen im Umgang mit Menschen. Ein ausgewogenes Feuer läßt dich die Leichtigkeit des Sommers erleben, schafft Ausgelichenheit und Stabilität, und verleiht Flügel.

Was erwartet dich beim Element Feuer Workshop

- ♦ verbinde den Puls des Sommers mit deinen Organen Herz, Dünndarm und Herzkonstriktor, Dreifacherwärmer aus Sicht der TCM
- ♦ Shiatsu Körperübungen und Do-In auf der Wiese
- ♦ gehen, klopfen, schütteln,
- ♦ Entspannung und Meditation
- ♦ kläre deinen Geist, spüre deine Feuerkraft

Element Feuer Fr. 12.05.23 von 09:30 - 12:00 Uhr € 30,-

Treffpunkt am Parkplatz bei der ehemaligen Berglaus in Grub 18, 4702 Wallern

Voranmeldung per Mail: carina@shiatsu-kraft.at, oder per Telefon: 0650/8119119
Mit deiner Überweisung sicherst du deinen Platz:
IBAN: AT58 3473 6000 0141 9795 - vielen Dank!

Vorschau Juni /September:

Sa. 17.06.23 / 9:30 -12:00 Uhr „Herzenskraft“ - Element Feuer auf der Matte

Fr. 08.09. - So. 10.09.23 "Tage des Glücks" im Waldviertel mit Renate Heim

Am besten kommst du mit festen Schuhen und zum Wetter passender Kleidung. Bring ein Häferl für dich mit.

Ich freue mich auf dich!

Carina Kraft
Dipl. Naikido Shiatsu-Praktikerin
Do-In/Shiatsuübungsleiterin
www.shiatsu-kraft.at

