



5 Elemente Workshopserie auf der Matte in St. Marienkirchen a. d. Polsenz

Hoffnungsvoll aufbrechen – Holz

Die 5 Elemente der Traditionellen Chinesischen Medizin sind gesundheitsfördernde Begleiter durch unser Leben. Gezielte Übungen und Wissen stärkt Körper, Geist und Seele, schenkt Kraft im täglichen Leben und hilft im Umgang mit Menschen.

Ein ausgeglichenes Holz Element lässt dich Pläne schmieden, hoffnungsvoll aufbrechen und schafft Mut, Visionen zu folgen.

Was erwartet dich beim Element Holz Workshop

- ◆ Kraft auftanken
- ◆ Infos über die Organe Leber, Gallenblase aus Sicht der TCM
- ◆ Shiatsu Übungen/Do-In auf der Matte
- ◆ komm in Kontakt mit deinen Organen, spüre diese
- ◆ Entspannung und Meditation
- ◆ Anregendes womit du dich und dein Potenzial entfalten kannst

Element Holz **Sa. 22.04.23 von 9:00 - 12:00 Uhr** **€ 50,-**

Kursort **St. Marienkirchen an der Polsenz**

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 Mai

Fr. 12.05.23 / 09:30 - 12:00 Uhr „Herzflug - Element Feuer“ in der Natur

Am besten kommst du in bequemer Baumwollkleidung. Bring bitte Yogamatte, Decke, Polster und etwas zum Schreiben mit.

Ich freue mich auf dich!

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

