



5 Elemente Workshopserie auf der Matte im Samadhi Yogastudio Bad Schallerbach

Element Metall – Die Schätze der Erde

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

Spüre innere Weite und Klarheit, Atmen und Verdauen - die besonderen Qualitäten vom Element Metall.

Was erwartet dich beim Element Metall Workshop

- ♦ Energie auftanken
- ♦ Infos über die Organe Lunge und Dickdarm aus Sicht der TCM
- ♦ Do-IN/Meridian Yoga/Shiatsuübungen auf der Matte
- ♦ komm in Kontakt mit deinen Organen und spüre diese
- ♦ Entspannung und Meditation
- ♦ den Blick für das Wesentliche, womit du dich und dein Metall stärken kannst

Element Metall Sa. 12.11.22 von 9:00 - 12:00 Uhr € 50,-

Kursort Samadhi Yogastudio Grieskirchner Str. 7, 4701 Bad Schallerbach

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 Jänner

Fr 13.01.23 / 09:30 - 12:00 Uhr "Element Wasser - Kraftvolle Ruhe" in der Natur

Sa 28.01.23 / 09:00 - 12:00 Uhr "Element Wasser" im Samadhi Yogastudio Bad Schallerbach

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/Meridian-Yoga/Shiatsuübungsleiterin
www.shiatsu-kraft.at

