



5 Elemente Workshopserie auf der Matte in St. Marienkirchen a.d. Polsenz In Verbindung sein – Element Metall

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.

Atme dich frei. Richte deinen Blick auf das Wesentliche. Entscheide dich für die Freiheit und schenke dir Luft zum Leben.

Was erwartet dich beim Element Metall Workshop

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

Element Metall Sa. 25.11.23 von 9:00 - 12:00 Uhr € 50,-

Kursort St. Marienkirchen a. d. 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!

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/Shiatsuübungsleiterin
www.shiatsu-kraft.at

