



„IN DIE KRAFT KOMMEN“ – WIRBELSÄULE, ENTSPANNUNG, ERNÄHRUNG Tages-Seminar in der Apotheke zum Lebensbaum

Es geht immer wieder darum die eigene Struktur – den Weg zurück zu sich selber, in die eigene Mitte zu finden. Beim Seminar lernen Sie ihrer Intuition zu folgen und in ihre Kraft zu kommen, dadurch werden die Selbstheilungskräfte aktiviert.

Wirbelsäule – Nacken

Der Nacken ist der Ankerpunkt im Körper, die Verbindung vom zentralen und peripheren Nervensystem. Tiefe Entspannung im Nacken verbessert den Lymphfluss und stärkt das Immunsystem. Mit den Selbsthilfeübungen am Nacken werden Spannungen in der Muskulatur gelöst, Kanäle und Bahnen im Nervensystem geöffnet. Die Wirkung: Freiheit für den Nacken und der Geist wird klarer! Denn ein Lebewesen regeneriert sich solange es lebt, d.h. was abgebaut wurde, kann auch wieder aufgebaut werden!

Mentastics

Mentastics bedeuten „Mentale Gymnastic“. Diese einfachen und mühelosen Bewegungen werden mental abgespeichert, sowie im Leistungssport und bei Bedarf, auch im Alltag, in Erinnerung geholt. Mentastics lösen Verspannungen auf indirektem Wege. Der Körper ist das Instrument und der Geist (Hook up) übernimmt die Rolle des Dirigenten. Die leicht und locker ausgeführten Bewegungen bewirken eine differenzierte Körperwahrnehmung und ein neues Körpergefühl. Leichtigkeit, Freiheit, natürliche Aufrichtung, „weniger ist mehr“, positive Gefühlserfahrungen und sich selbst fühlen und finden!

Gesundheit – Ernährung

Wie können wir unseren Körper und unser Immunsystem in der heutigen (schnellebigen) Zeit gesund halten und unterstützen? Wie kann unser Körper wieder fit und voller Energie werden? Alle diese Fragen möchte ich Ihnen gerne beantworten.

Während des Seminares ist ausreichend Zeit, dass wir auf die individuellen Bedürfnisse jedes Teilnehmers eingehen können.

Termin & Ort

Samstag, 24. 6. 2017, 10.00 bis 17.00 Uhr
Apotheke zum Lebensbaum, Berchtesgadnerstraße 35b, 5020 Salzburg

Tages-Seminar: Samstag, 24. Juni 2017, 10.00 bis 17.00 Uhr

€ 155,-

Praxis für Gesundheit

- Körperarbeit nach Dr. Trager
- Wirbelsäulen-Regulation und -Training
- Gesundheits- und Sporttraining
- Bioenergetische Kosmetik nach den 5 Elementen

Jasmine Mükisch

Dipl. Gesundheitsberaterin
Dipl. Trager-Praktikerin
+43 (0)676/783 09 04
office@gesundheitspraxis-tes.at

