

Fasten. Gesundheit. Auszeit.

Faszination Herz mit Marianne Camenzind

Allgemeines:

Wussten Sie, dass Herz-Kreislaufkrankungen noch immer Todesursache Nr. 1 in der Schweiz ist? Lernen Sie die wichtigsten Faktoren für ein vitales Herz kennen, damit es noch lange glücklich und zufrieden schlägt!

In diesem dreiteiligen Wochenkurs erfahren Sie erstens, wie eine tiefgreifende Entspannung «auf Knopfdruck» möglich ist. Zweitens lernen Sie, was der innere Motor braucht, damit er in endloser Energie Milliarden Mal pulsiert. Und drittens tauchen wir in die unsichtbare Welt der Herzenskraft ein, um ihre faszinierenden Geheimnisse zu ergründen. Damit werden Sie gut ausgerüstet sein, Körper, Geist und Seele wieder umsichtig und liebevoll zu pflegen.

Ziele:

- Entspannung und Selbsthypnose mit Verankerung des «Wohlfühl-Schalters»
- Essen und Trinken, Vitalstoffbedürfnisse und kräftigende Kräuter für ein gesundes Herz kennenlernen
- Energetische Störfaktoren fürs Herz identifizieren und reduzieren
- Kinesiologische Herzensstärkungen erfahren und die persönliche Energie fördern

Programm & Details:

Begrüssung:	Samstag, 18.00 Uhr
Kurszeiten:	3mal 2 Stunden, jeweils abends Sonntag: Herunterfahren und Entspannung für ein glückliches Herz Dienstag: Vortrag zum Thema Ernährung, Kräuter & Vitalstoffe Donnerstag: Vortrag «Das energetische Herz»
Mitbringen:	Lockere Kleidung, Schreibwaren, Notizheft
Abreise:	Samstag, ca. 09.00 Uhr

Preise pro Person / Datum:

CHF 210.00 (inklusive detaillierte Unterlagen)
Kurswoche, zuzüglich FastenBasis-Woche je nach Studio

- 04.03. – 11.03.2023

Kursdurchführung ab 4 Personen, Maximale Teilnehmer*innenzahl: 12 Personen
Die Anmeldungen werden nach ihrem Eingang berücksichtigt.

Die FastenBasis-Woche findet statt.