

DETOX WOCHENENDE

ENTGIFTUNG MIT
WILDKRÄUTERN, YOGA UND
MEDITATION

Wann? 19.- 21.07.19 oder
13.-15.09.19
Fr. 17:30 - So. 13:00 Uhr

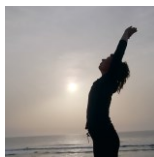
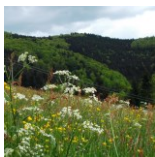
Wo? Goldenhof Dachsberg
Zum Bildsteinfelsen

Dozentinnen:

Anja Scheuble
(Naturcoach, Wildkräuter- und
Heilpflanzenpädagogin)

Stefanie Kugele
(Yoga- und Meditationslehrerin)





Wildkräuter, Yoga und Meditation

In diesem Wochenendseminar werden wir **Achtsamkeit** gegenüber unserem Körper und der Natur erleben. Unser Körper nimmt täglich eine Vielzahl von Umweltgiften über die Luft auf, aber auch aus Dingen, die wir täglich konsumieren. Hinzu kommen die Toxine, die von innen kommen, ausgelöst durch Stress, Leistungsdruck und fehlende Bewegung.

Dazu lernen wir verschiedene heimische **Wildkräuter** und **Heilpflanzen** kennen, werden diese selbst **sammeln** und zu leckeren **Köstlichkeiten** und **Tinkturen** **verarbeiten**. Mit dieser selbst zubereiteten **entgiftenden Ernährung**, **Achtsamkeitsübungen** sowie reinigenden **Yoga-** und **Meditationsübungen** kommen wir zu neuen Kräften und erfahren einen bewussteren Umgang mit dem Organismus Mensch und Natur.

Übernachtung im eigenen Zelt;
mit BIO-Verpflegung

Kosten: 185 € /**Early Bird** 165 €
ermäßigt 145 € (*)

*Studenten/Arbeitslose/
ohne Übernachtung

Anmeldung und weitere **Infos**

Tel. 01797918522 / info@weltenforscher.com

