



KneippAKTIVClub

Kneipp-Verein Bad Salzuflen - Lippe e.V.

Die fünf erfolgreichen GesundheitsSäulen des Monsignore Sebastian Kneipp :
LEBENS-ORDNUNG + BEWEGUNG + ERNÄHRUNG + HEILPFLANZEN + WASSER

„Die Seele baumeln lassen und neue Kraft gewinnen - beides ist eins!“
Sebastian Kneipp

KneippENERGIESeminar *

III KAC - KES – III b

**Einstieg in traditionelle, bewährte, europäischen EntspannungsVerfahren:
Autogenes Training, verschiedene Meditationsformen,
BioEnergetik, EuropeanReiki**

Viele Menschen leiden darunter, nicht mehr richtig von der Anspannung durch berufliche und private Belastungen „herunter“ zu kommen. Die Probleme, der Druck und die großen Anforderungen verfolgen den Menschen oft bis in den Schlaf.

Dieses Seminar zeigt verschiedene Möglichkeiten der Selbsthilfe zum Ausstieg aus diesem Karussell. Die Teilnehmer können „ihre“ Methode finden und sich in anschließenden Vertiefungsseminaren aneignen.

Das Seminar beinhaltet ebenfalls Grundlagen zur Kneipp-Philosophie mit Schwerpunkt auf das 5. Element – die Lebensordnung.

EinstiegsSeminar, incl. kleinem Mittags-Imbiss und Getränke, sowie Material und Seminarunterlagen.

SONNTAG	10:00 bis 17:00 h	Näheres unter Telefon 05222 183 217 bei KneippAKTIVClub	44,- €
----------------	--------------------------	--	---------------

* Findet nur bei einer Mindestteilnehmerzahl statt.