Die JETZT-Übung

Reinigung und Entschlackung im Frühling

Mittwoch 15. bis Donnerstag 23. Februar 2023

KARIN SCHULLER
SPEZIALISTIN FÜR ERNÄHRUNG

■ DAS VERLÄNGERTE ANGEBOT

In diesen 9 Tagen kreieren wir einen geschützten Raum, in dem wir uns reinigen und mit unserer Lebensenergie rückverbinden. Unsere mit Bedacht ausgewählte Unterkunft ermöglicht Raum für Entfaltung und Rückzug. Dieser bewusst gewählte Rückzug bringt Körper, Geist und Seele in Balance. Die ausgewogene ayurvedische Kost und die Reinigungsrituale unterstützen das Ausleiten der Schlacken.
An einem der Entlastungstage wird die erfahrene Ayurveda-Masseurin, Sandy Dörmbach ein Regenerierungs- und Entschlackungsangebot durchführen. Verwöhn-Programm pur!

■ DEN KÖRPER GENIESSEN & IN HARMONIE MIT DER EIGENEN KONSTITUTION

Je besser wir uns selbst, unsere Konstitution und unsere Bedürfnisse kennen, umso subtiler können wir auf die unterschiedlichen Befindlichkeiten des Lebens reagieren. Dieses Erkennen wird in dieser Woche geschult und erlaubt ein Leben in Harmonie mit unseren eigenen Zyklen und denen der Natur. Die ayurvedische Gesundheitslehre bietet eine wertvolle Unterstützung, um unser inneres Gleichgewicht immer wieder zu erneuern.
Vortrag als Einstieg inklusive!

■ TERMIN | LEISTUNGEN | PREISE

Mittwoch, 15.02. ab 11.00 Uhr bis Donnerstag 23.02.2023, 11.00 Uhr
Telefonisches Vorgespräch mit Ernährungs-Empfehlung für die Entlastungstage vor der Reinigungskur als Einstimmung sowie zum Abschluss Empfehlungen für die Rückkehr in den Alltag, Unterbringung und ayurvedische Voll-Verpflegung, Quellwasser, Kochkurs, Konstitutionsbestimmung, Abhyanga mit kleinem Shirodhara (ayurvedische Ganzkörpermassage mit kleinem Kopf-Ölguss), Anleitungen und Utensilien für die Reinigungsrituale, Informationen rund um die ayurvedische Gesundheitslehre, Spaziergänge, morgendliche Blitzlichter als Einstimmung für den Tag. Access BARS® Anwendung und Yoga Sessions optional.
Preis für Einzelzimmer 1.050,- Euro || geteiltes Doppelzimmer 850,- Euro

■ VERANSTALTUNGSORT

Haus Nr. 9, Mittelsaurenbach / Ruppichteroth (Grenze Oberbergisches zum Rhein-Sieg-Kreis)

■ INFOS UND ANMELDUNG

Karin Schuller
Ayurveda Ernährungsberaterin und Gesundheitscoach
Mobil: 0170-703682
www.Gesundheit-aus-dem-Kochtopf.de

■ TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Jede/r nimmt auf eigene Verantwortung teil.
Bei Anmeldung bitte ich um eine Anzahlung in Höhe von 200,- Euro. Mit Eingang der Anzahlung auf dem unten angegeben Konto ist der Platz fest reserviert. Die Plätze werden in der Reihenfolge des Geldeingangs vergeben. Eine Anmeldebestätigung erfolgt per E-Mail.
Karin Schuller, Volksbank Oberberg IBAN: DE21 3846 2135 0212 7810 29
Stornogebühr bei Abmeldung bis 01.02.2023: 200,- Euro
Bei Rücktritt innerhalb der letzten zwei Wochen vor Veranstaltungsbeginn ist die volle Teilnahmegebühr zu entrichten oder eine Ersatzperson zu stellen.
Reiserücktrittsversicherung empfohlen.
Eine **An- bzw. Abmeldung** ist nur schriftlich möglich.
Ich freue mich auf Dich und verbleibe mit besten Wünschen bis zu einem Wiedersehen!

■ ANMELDEFORMULAR

Hiermit melde ich mich verbindlich zur Reinigungs- und Entschlackungskur an.
Datum: 15.02. – 23.02.2023 Ort: Ferienhaus Nr. 9 in Mittelsaurenbach/ Ruppichteroth
Preis: EZ 1.050,- Euro / geteiltes DZ 850,- Euro

Name, Vorname .....

Straße .....

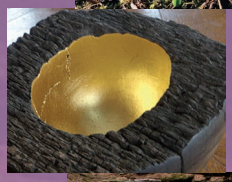
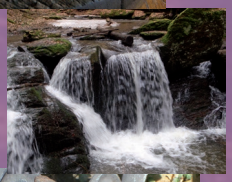
PLZ, Ort .....

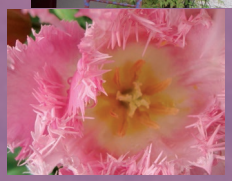
Tel. .....

E-Mail .....

Mit meiner Unterschrift erkläre ich mich mit den Teilnahmebedingungen einverstanden.

Ort, Datum.....Unterschrift.....



© Fotos+Text: Karin Schuller, Bonn | Satz: feuerbachDESIGN.de