

WENN NAHRUNG MEDIZIN IST nach Anthony William

Reinigung und Entschlackung im Herbst

20. – 27.10.2019 am Wiehen, Lübbecke

■ **DAS GEMEINSAME ANGEBOT**

Der Herbst ist die Jahreszeit des Wechsels, der Bewegung und Unbeständigkeit. Diese Qualität kommt einer Reinigung besonders zugute, da nun alles Überschüssige leicht ausgeschieden werden kann. In dieser Woche ermöglicht unser gemeinsames Tun zum einen ein tiefes Eintauchen in das Wissen um Heilung nach Anthony William und zum anderen bietet uns die Praxis der alten Gesundheitslehre Ayurveda bewährte Reinigungsrituale. Dieser bewusst gewählte Rückzug bringt Körper, Geist und Seele in Balance.

■ **DEN KÖRPER GENIEßEN & IN HARMONIE MIT DER EIGENEN KONSTITUTION**

Im Zentrum unserer Aufmerksamkeit stehen die »heiligen Vier«: Obst, Gemüse, Kräuter/Gewürze und wild wachsende, essbare Pflanzen. Denn Lebensmittel sind Mittel zum Leben und werden als lebenspendende Heilmittel zur täglichen Medizin. 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 auf vielfältigste Weise geschult, so dass Sie danach selber damit gut weiter machen können.

■ **TERMIN | LEISTUNGEN | PREISE**

So. 20.10. Anreise ab 17:00 Uhr / Beginn 19:00 Uhr bis So. 27.10. 2019, ca. 16.00 Uhr

Eine individuelle Verlängerung ist möglich. Bei Interesse bitte Details anfragen.

Gemeinsames Zubereiten, Kochen, Essen, Meditieren, den Körper stärken, Gruppenarbeit machen, Einzelanwendungen bekommen und vieles mehr. Unterbringung und Voll-Verpflegung, Konstitutionsbestimmung, Anleitungen und Utensilien für die Reinigungsrituale, Informationen rund um Medical Food und die ayurvedische Gesundheitslehre, begleitete Spaziergänge, morgendliche Blitzlichter als Einstimmung für den Tag.

Gesamtpreis im geteilten DZ 800,- € / Einzelzimmerzuschlag 100,- €

■ **VERANSTALTUNGSORT**

Gesundheitshaus am Wiehengebirge | Wiehengebirgsweg 274 | 32609 Hüllhorst-Oberbauerschaft

■ **NÄHERE INFOS UND ANMELDUNG**

Jan Düspohl
Heilpraktiker, Physiotherapeut
Tel. 02223/2909489

Jan_Duespohl@gmx.de

www.osteopathie-bonn-oberkassel.de

Karin Schuller
Ayurveda Ernährungsberaterin, Ayurvedaköchin
Tel. 0170-7036825

info@gesundheit-aus-dem-kochtopf.de

www.Ayurveda-in-aller-Munde.com

Buchempfehlung: Anthony William – Medical Food – Mediale Medizin -