

AYURVEDISCHE

Frühjahrs-Reinigungs- und Entschlackungswoche am Rhein

... damit die Seele wieder Lust hat, darin zu wohnen.

Die JETZT-Übung

28. Februar bis 6. März 2016

■ LEBEN 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 erlaubt uns ein Leben in Harmonie mit unseren eigenen Zyklen und denen der Natur. Wir erfahren eine wertvolle Unterstützung um unser inneres Gleichgewicht immer wieder zu erneuern.

■ DEN EIGENEN KÖRPER GENIEßEN

Während dieser Woche bauen wir mit der ayurvedischen Gesundheitslehre einen positiven Kontakt zu den eigenen körperlichen und emotionalen Bedürfnissen auf. Mit den ayurvedischen Empfehlungen für die täglichen Reinigungsmaßnahmen verwöhnen wir unseren Körper.

Wir stellen ein Wohlfühlprogramm zusammen das die individuelle Konstitution pflegt und stärkt und das Sie zu Hause weiter als Routine begleitet.

■ DAS ANGEBOT

In dieser Woche kreieren wir einen geschützten Raum, in dem wir uns reinigen und mit unserer Lebensenergie rückverbinden.

Die Kleine Villa im Pfuhl ermöglicht mit ihrer Heimeligkeit und stilvollen Atmosphäre gleichzeitig Raum für Entfaltung oder Rückzug. Die ausgewogene ayurvedische Kost unterstützt das Ausleiten der Schlacken (Ama).

■ TERMIN | LEISTUNGEN | PREIS

Sonntag, 28. 2. 2016, 15.00 Uhr bis Sonntag, 6. 3. 2016, 15.00 Uhr

Leistungen: Telefonisches Vorgespräch, Empfehlungen für die Entlastungstage vor der Reinigungswoche sowie für die Rückkehr in den Alltag, Übernachtungen, ayurvedische Voll-Verpflegung, frisches Quellwasser aus dem Siebengebirge, Konstitutionsbestimmung, Salz-Öl-Einreibung, Kopf- und Fußmassage, Anleitungen und Utensilien für die Reinigungsrituale, Informationen rund um die ayurvedische Gesundheitslehre, gemeinsames Kochevent, begleitete Spaziergänge, morgendliche Blitzlichter als Einstimmung für den Tag, Yoga optional.

Kosten: 800,- € im EZ (Preis versteht sich inkl. 19 % MwSt.)

■ VERANSTALTUNGSORT

Kleine Villa im Pfuhl

Am Hohen Weg 5 | 53572 Unkel am Rhein (ca. 30 km südlich von Bonn)

■ INFOS UND ANMELDUNG

Karin Schuller

Ayurveda Ernährungsberaterin und Gesundheitscoach

Ayurvedaköchin und Hauswirtschaftsmeisterin

Telefon 0228-9484788 | www.Ayurveda-in-aller-Munde.com

