

FASTEN-WANDERN-YOGA

für Frauen im Murnthal

Naturpark Oberpfälzer Wald – Neunburg vorm Wald

Sonntag, 6. Januar 2019 bis Samstag, 12. Januar 2019

Das romantische Tal der Schwarzach gehört zu den schönsten Tälern
des Naturparks Oberpfälzer Wald.

Die kleine Ferienanlage in Alleinlage liegt unmittelbar am Ufer der Schwarzach, eingebettet in eine herrliche
Landschaft mit romantischen Bachläufen, geheimnisvollen Bergwäldern und idyllischer Landschaft.

www.untermurnthal.de

Tauchen Sie ein in eine neue Gesundheitswelt. Erfahren Sie ein neues Gefühl, das Körper, Geist & Seele in Balance
bringt und neue Energie und Lebenslust schenkt.

Was Sie in dieser Woche erwartet:

- Fasten für Gesunde nach Buchinger/Lützner
- Informationsgespräche über Fasten und Ernährung
- Täglich frische Gemüsebrühe
- Fastentee, Ingwerwasser und Quellwasser nach Bedarf
- Geführte Wanderungen
- Täglich Yoga und Achtsamkeitsübungen
- Qi Gong (Meditation in Stille und Bewegung)
- Täglich Leberwickel zur Entgiftung und Entlastung
- Aromamassage gegen Aufpreis zubuchbar

Mitzubringen sind warme und bequeme Kleidung der Jahreszeit entsprechend, Wanderschuhe, kl.
Rucksack, große Thermoskanne, Wärmflasche, Körperbürste und ein Körperöl, Einlaufgerät und
persönliche Dinge.

Teilnehmer: mind. 6 gesunde Erwachsene, max. 10
Leitung: Monika Hausler, Praxis für Naturheilkunde
Heilpraktikerin, Yogalehrerin, Fastenleiterin dfa,
Taijiquan und Qi Gong Übungsleiterin SKA
www.naturheilpraxis-monika-hausler.de

Kosten: 485.00 €
beinhaltet Ferienwohnung zur Einzelbelegung,
Verpflegung incl. Seminargebühr

Anmeldung: bis 31. Dezember 2019
bei Monika Hausler, info@naturheilpraxis-monika-hausler.de

Zusätzliches Angebot , spontan buchbar bei :

ZENTRUM FÜR KREATIVE SEELENARBEIT Susanne Trosbach

Einzelstunden a 60min

- * Atemtherapie
- * Körper-Psychotherapie
- * Arbeit mit dem inneren Kind
- * Stimmcoaching - Gesangsunterricht
- * Wertschätzende Kommunikation
(siehe "Gewaltfreie Kommunikation" nach Rosenberg)
- * Heilende Seelengespräche

Einzelstunde: 50.-
Block von drei Stunden: 100.-

www.zell-seelenarbeit.de