

SILENTFLOW

Upgrade FASZIEN

beleben, vernetzen, genießen



Faszientraining neu – und weiter – verstehen; Faszientraining *praktisch* eingebettet in angrenzende Disziplinen wie Vipassana, Aroma-, Atem- und Yogatherapie. „Die Faszie ganz“. Wir gehen *tiefer!*

Dieses Wochenende ist als Intensiv-Aufbaumodul und -Selbsterfahrung konzipiert. Für alle, die schon Berührungspunkte mit dem Thema Faszien haben: Genährt aus etwa 40 Ausbildungen und reichlich praktischer Erfahrung.

TERMINE

Wann 20. bis 22. Oktober 2023

Zeiten Freitag 19:00 - 21:30 Uhr

Samstag 07:00-10:45 und 13:30- 17:30

Sonntag 08:15-11:00 und 13:00-17:00 Uhr

Wo Seminarhaus Shanti, Bad Meinberg/NRW

Kosten €295 (zzgl. ÜN ~€50-100, nach nach Zimmerwunsch)
inkl. bio-Hp, Skript, ätherische Öle therapeutischen Grades,
Faszientraining-Equipment, div. Yoga-Zusatzangebote

INFO UND ANMELDUNG

Joerg A. Wingen

1flow@mailbox.org

www.silentflow.eu



...in Minuten (ca.) ...

60 Aroma(yoga)therapie für die Faszie: Grundzüge | *Entspannungsspezial*

60 Aroma(yoga)therapie für die Faszie: Workshop | *Meditationsspezial*

30 Astrologie, Ayurveda/Dosha | Faszientraining-*Sequencing*

60 *Fasziernahrung*: Faszie gesund nähren (inkl. Kakaozeremonie)

90 *Faszientraining: 4 Kategorien* - die besten (unbekanntesten) Übungen

120 Faszientraining + *Yogatherapie*, Schwerpunkte Psoas, ISG, Schulter, Nacken, Kiefer

120 *Vipassana*: Grundzüge

180 Yin Yoga leben und Ausrichtung im Leben: Ausrichtungsprinzipien

240 Richtig Schütteln und zittern | *Holotropes Atmen*

... plus optional kostenfreie Angebote des Seminarhauses (Homa, Pranayama, Hathayogastunden, Satsang uwm.)