

# HEALTH & BODY

## **Purification (body & soul): Reinigung mit Wasser, Salz und Öl**

Donnerstag, 01.10.2020, 19.00-22.00 Uhr

**Unser Körper ist unser Tempel.** Er ist ein Geschenk, das es uns ermöglicht, hier auf der Erde zu leben, sinnlich zu erfahren. Unser Körper steht in einer direkten Verbindung zu unserer Seele, unserer Psyche und unseren Gedanken.

**In vielen Traditionen**, allen voran Ayurveda, gilt es, regelmäßige Reinigungssysteme zu praktizieren, um den Körper in Balance zu bringen und darin zu halten. In diesem Seminar vermitteln wir dir grundlegende Informationen auf die Wirkung von Anwendungen mit Wasser, Salz und Ölen. Darüberhinaus erlernst du kleine Reinigungstechniken, die du leicht in deinen Alltag mit dir und deiner Familie integrieren kannst.

### **Inhalt:**

- Einführung Wasser, Salz, Öl
- Basische Reinigung mit Meersalz und Sole
- Hydrotherapie nach Kneipp, Wickelanwendungen
- Ayurveda: Reinigung mit Wasser und Luft
- Special: Samen und Öle

### **Sponsored by SONETT!**

**Verbindliche Anmeldung** bitte mit Angabe von Name, Anschrift und Kontaktdaten über unser Kontaktformular bis 23.09.2020.

Ort: Dreiländerring 5, 88212 Ravensburg

Energieausgleich: 50 Euro

**Bitte beachte:** Aufgrund der derzeitigen Situation ist die Teilnehmerzahl begrenzt!