



reset & move

ANNETTE BURKHARDT

relax&balance

mit Übungen aus dem bewegten
und stillen Qigong -
unterstützt von Klangschalen -
ätherischen Ölen und Heilsteinen



Eine Kombination aus leichten Dehnübungen, harmonischen Bewegungsabläufen, Eigenmassage-, Zentrierungs – und Atemübungen, geführten Meditationen: Inneres Lächeln, Heilende Laute, Aktivieren der Chakren.

Themenspezifische Unterstützung mit ätherischen Ölen und Heilsteinen.

Und zum Abschluß die harmonisierenden Schwingungen der Klangschalen genießen – vollkommenes Entspannen und Loslassen.

Das Ergebnis: **Regeneration und Entspannung - mehr Zentriertheit, Ruhe und Gelassenheit. Ein Anheben des Energieniveaus von Körper, Geist und Seele – ein Auftanken auf allen Ebenen, sodaß Du den Anforderungen des Alltags ausgeglichener, mit mehr Achtsamkeit und Energie begegnen kannst.**

Termine: 1 x pro Monat , 6 x 90 min, Donnerstags: 19h15 – 20h45 Uhr;
31.10., 28.11., 19.12., 30.1., 27.2., 27.3.

Preis: Euro 120,-- incl. 19 % MWSt. , max. 6 Teiln. , auch für Anfänger geeignet.

Ort: Wilmshausen, „Drehpunkt Leben Institut“, Nibelungenstr. 309

Kleine Gruppen – individuelle Bedürfnisse werden erkannt und berücksichtigt, in freudvoller und achtsamer Atmosphäre.

Kursleitung: Annette Burkhardt, zertifizierte Lehrerin für Qigong seit 2005, 2-jährige Ausbildung im Authentischen Medizinischen Qigong bei dem Chinesischen Großmeister Qingshan Liu, Münchener Qigong-Akademie, seither fortlaufende Weiterbildungen; Lehrerin für Reiki und Energetisches Heilen

Anmeldungen und Fragen: Tel. 01520-8884447 oder per mail:

kontakt@annette-burkhardt.com; Mehr Infos www.annette-burkhardt.com.