

Meridian Aktivierung als Immunsbooster für ein gesundes Organ- und Nervensystem

Meridiane werden oft als Leitbahnen der Energie und der Gesundheit bezeichnet. Ähnlich wie das Blutgefäß- oder Lymphbahnsystem durchziehen sie unseren ganzen Körper und verbinden als energetisches Geflecht alle Organe und biologischen Substanzen miteinander. In den Meridianen zirkuliert die ätherische Energie, welche in der Traditionellen Chinesischen Medizin auch als Qi/Chi bezeichnet wird. Erst wenn das Qi im Körper frei fließen kann, genießt der Mensch auf körperlicher, geistig-mentaler und emotionaler Ebene Gesundheit und Wohlbefinden. In diesem Workshop tauchst du ein in die Theorie der Meridianlehre und erlebst die praktische Umsetzung in gezielten Bewegungs-, Atem- und Entspannungsübungen. Alle Übungen zielen darauf ab, den Energiefluss in den Meridianen zu beleben, dein Immunsystem zu stärken und ein Verständnis für die Arbeit an und mit dem Qi zu entwickeln.

Kosten

Teilnahmegebühr incl. Handout und Teilnahmebestätigung für die ZOOM QUICK WORKSHOPS: € 70,- zzgl. MwSt.

Alle 3 ZOOM QUICK WORKSHOPS -

HIIT als Immunbooster

Ernährung als Immunbooster

Meridian Aktivierung als Immunsbooster

- sind auch als Paket buchbar. Der Gesamtpreis bei Paketbuchung reduziert sich um € 20,- netto.

Teilnahmegebühr bei Paketbuchung aller 3 QUICK WORKSHOPS: € 190,- zzgl. MwSt.

Termin(e)

im Moment stehen keine weiteren Termine zur Verfügung.