



stilles qigong | tian ai qigong  
sabine jakob



NATURHEILPRAXIS MARIA HARTMANN

## Frühjahrsputz für Körper und Seele- mit Qigong und Kräutern die Leber stärken

**Online-Energietag am 20.02.2021**

In der Traditionellen Chinesischen Medizin ist der Frühling die Jahreszeit, in der wir die Leber reinigen und stärken sollten. Wir reinigen uns von angesammelten Altlasten aber auch von Ärger und Groll. Wir befreien Körper, Geist und Seele von der Last des Winters. Gelassenheit und eine sanfte innere Stimmung entwickeln sich. Dies ist die Basis für neues Wachsen.

An diesem Tag können wir uns Zeit nehmen, uns auf den kommenden Frühling vorzubereiten und unserer Leber etwas Gutes zu tun.

Wir lernen mit Übungen aus dem Qigong, die Leber wirkungsvoll zu reinigen und zu nähren. Anwendungen mit Kräutern unterstützen diesen Prozess.

Veranstalterinnen: Maria Hartmann (Heilpraktikerin), [naturheilpraxis-maria-hartmann.de](http://naturheilpraxis-maria-hartmann.de)  
Sabine Jakob (Qigong-Trainerin), [qigong-stille.de](http://qigong-stille.de)

Zeit: Samstag, 20.02.2021, von 10.00–17.00 Uhr

Kosten: 95.- € inkl. Kräuteranwendung

Bitte vorbereiten: ZOOM-App Installation  
bequeme Kleidung, Wollsocken, Schreibzeug für eigene Aufzeichnungen,  
Wärmflasche sowie Baumwoll-/Wolltücher für einen Kräuterwickel

Kontakt/ Anmeldung: Maria Hartmann, Tel.: 05522- 317 87 61  
Sabine Jakob, Tel.: 05108- 876 94 57

Anmeldungen bitte verbindlich bis spätestens 13.02.2021.

Der Seminartag findet statt, wenn mindestens 6 Anmeldungen vorliegen. Es sind 15 Plätze verfügbar.

Die Teilnahme erfolgt in eigener Verantwortung.

Wir freuen uns auf Ihr/ Euer Kommen!