



HEILENDE LEBENSWEGE

„Leicht sein ist gar nicht so schwer!“

"Sieben Pfund weniger in sieben Tagen!"

"Schlank ohne zu hungern".

Die unterschiedlichsten Diäten locken mit solchen Versprechungen.

Dabei weiß wohl jeder, dass Schlankheitsdiäten nur selten den erwünschten Effekt haben ... nicht gesund sind ...und der so genannte Jo - Jo - Effekt die verlorenen Pfunde schnell wieder zurück bringt !!!

Es geht auch anders !

Ohne Waage und Stress – mit Spaß und Genuss zum persönlichen Wohlfühlgewicht.

Seminarreihe „Leicht sein ist gar nicht so schwer!“

Teil 1 – Ernährung nach den 5 Elementen – das Frühstück

Samstag 20.03.2010 – 9 Uhr bis ca. 16 Uhr

**Ergänzt wird dieses Seminar durch praktische Anleitung zur Zubereitung
und spezielle Qi Gong Übungen**

Teil 2: 22.05.10 „Entgiften und entschlacken von Körper, Geist und Seele“
Teil 3: 10.07.10 „Die Waage im Kopf... ich gestalte meine Realität! – na dann los!“
Teil 4: 18.09.10 „Ge“wichtig?!“ Entrümpeln – Loslassen – Leicht sein !

Keine Gewichtsprobleme?!?

**Sondern nur Interesse an der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) und ihrer Lehre?
Oder einfach einen Weg zu neuer „Leichtigkeit“ im Alltag finden ?**

Infos und Anmeldung: Iris Martin, Hauptstr. 25, 67475 Weidenthal
Tel: 06329-989482 oder 0175-9358989, Email: iris-martin@online.de

Kursgebühren: 1 Termin einzeln: 60 Euro – alle 4 Termine: 200 Euro