

Seminare an der Nordsee

26.-28.06.2020 Körper spüren – Herz berühren



Dieses Wochenende steht ganz unter dem Motto "wahrnehmen, berühren, berühren lassen".

Wir praktizieren Meditations-, leichte Yoga- und Wahrnehmungsübungen aus dem Achtsamkeitstraining zur Stressreduktion. Wir üben miteinander achtsame Massage-techniken aus der ayurvedischen Körperarbeit - der traditionellen Thai Yoga Massage. Empathie und Mitgefühl sind Ressourcen für

verbindende und gesundheitsfördernde Beziehungen, - zu uns selbst und zur Welt. Die Massage-/Berührungsübungen werden bekleidet auf einer Matte am Boden ausgeführt. Es können sich Paare, Freunde und Einzelpersonen anmelden!

Das Seminar findet im Seminarhaus Stella Maris in Cuxhaven-Sahlenburg statt. Das Haus liegt 500 m vom Nordseestrand entfernt am „Nationalpark Niedersächsisches Wattenmeer“. Die Unterkunft erfolgt mit Vollpension (Frühstück, Mittagessen, Abendessen).

Das Seminar wird durch die **Naturheilpraxis Fossgreen & Franke** angeboten und durchgeführt.

Seminarleitung: Kirstin Fossgreen und Thomas Franke (Heilpraktiker)

Anreise am 26.06.2020 ab 15.00 Uhr möglich, Seminarbeginn um 17.00 Uhr. Seminarende am 28.06.2020 ca. 15.00 Uhr.



Seminarkosten: 280,-- Euro

Frühbucherrabatt bei Buchung bis zum 31.08.19: 240,-- Euro

Zuzüglich Preise für Unterkunft und Vollpension:

Zwei Übernachtungen/Vollpension im Doppelzimmer als Einzelzimmer Du/WC Balkon	140,-- Euro
Zwei Übernachtungen/Vollpension im Einzelzimmer Du/WC	130,-- Euro
Zwei Übernachtungen/Vollpension im Einzelzimmer (Du/WC auf dem Flur)	120,-- Euro
Zwei Übernachtungen/Vollpension im Doppelzimmer Du/WC Balkon, pro Person, wenn das Zimmer mit zwei Personen belegt werden kann	110,-- Euro

Anmeldung und Buchung:

Naturheilpraxis Fossgreen & Franke
info@naturheilpraxis-cuxhaven.de
Tel: 04723 5056064

