

Die Kraft der heilsamen Bewegung - Stärke deine Gesundheit

Video
Simone Zähringer



30,00 €
inkl. MwSt. [zzgl. Versand](#)

- Bezahlung per Lastschrift nur innerhalb Deutschlands möglich

Art.-Nr.: 100-113-900231-video

KOSMOS

Produktinformationen "Die Kraft der heilsamen Bewegung – Stärke deine Gesundheit"

Ein Schnupfen hockt auf der Terasse,

auf dass er sich ein Opfer fasse

und stürzt alsbald mit großem Grimm

auf einen Menschen namens Schrimm.

Paul Schrimm erwidert prompt: «Pitschü!»

Und hat ihn drauf bis Montag früh.

Christian Morgenstern

KOSMOS

Wenn jede Grippe gleich meine wird...

Wenn das Pferd mit dem Reiter davon rennt....

Kannst du:

- Prophylaktisch selbst das Steuer übernehmen
 - Achtsam mit dir selber werden
 - Wohltuenden Eigenraum schaffen
 - Lebenskraft tanken
- Alte Muster loslassen und Blockaden auflösen
- Eine Insel der Stille finden und dein Energiefeld stärken

In diesem Webinar werden wir heilsame Bewegungen anhand der Eurythmie kennenlernen. Was ist Eurythmie, woher kommt sie und was bewirkt sie? Diese Fragen werden wir klären und ihnen auf den Grund gehen. Wir befassen uns mit Übungen die eine immunstärkende Wirkung haben und als Prophylaxe für eine stabile Gesundheit sorgen. Dadurch wird der ganze Körper harmonisch durchwärmt, Blockaden können sich auflösen und der Eigenraum wird wohltuend mit kleinen Bewegungsritualen gefördert. Damit stärken wir das Energiefeld und die Selbstwahrnehmung wird gesteigert. Auf diesem Weg kommst du zur selbst wo alles gut ist und du zufrieden mit dir sein kannst.

Aus der Selbstwahrnehmung kann ein gesundes Selbstbewusstsein erwachen wodurch du wiederum ein sicheres Selbstvertrauen entwickelst.

An diesem Punkt klären wir die Fragen:

Wie erlange ich mehr Lebenskraft?

Was kann mich vor dem Ausbrennen, Burnout, Depression, Migräne, Grippe oder Corona schützen?

Welche Ressourcen hast du im Alltag deine Lebenskräfte zu aktivieren?

All das und mehr werden wir zusammen in diesem Webinar beleuchten.

Autoren und Autorinnen

Simone Zähringer

[Mehr zur Person](#)

Franckh-Kosmos Verlags-GmbH & Co. KG - Pfizerstraße 5-7 - 70184 Stuttgart - Tel.: 0711/21 91-0
(Zentrale) - info@kosmos.de