

Stärke deine Lebenskraft

Mit Eurythmie Erschöpfung, Migräne
und Ängste überwinden

Taschenbuch
Simone Zähringer

18,00 €
inkl. MwSt. [zzgl. Versand](#)



- Heileurythmie ist das neue Yoga!
- Effektive Übungen aus der spirituellen westlichen Bewegungstherapie.
- Für zu Hause, im Büro und unterwegs.
- Mit Erklärvideos auf YouTube.

213x170x12mm (LxBxH)
1. Auflage 2021
Umschlag/Ausstattung: 40
Farbfotos,
Seiten: 128
EAN: 9783968600277
Art.-Nr.: 46027

KOSMOS

Produktinformationen "Stärke deine Lebenskraft"

Heileurythmie ist eine eigene Richtung innerhalb der Eurythmie. Die spirituelle westliche Bewegungstherapie stärkt die Gesundheit und die Lebenskräfte und wirkt auf alle körperlichen, seelischen und geistigen Prozesse positiv ein. Die erfahrene Heileurythmie-Therapeutin Simone Zähringer stellt in ihrem Buch zehn grundlegende Übungen vor: zur Stärkung der Organe und des Immunsystems, gegen Migräne, Ängste und Depressionen und für ein stabiles Selbstbewusstsein und innere Harmonie. Das Besondere an den Bewegungsformen ist, dass sie jeder selbstständig anwenden kann, unabhängig von Alter und Fitness, jederzeit und fast überall.

Autor*innen

Simone Zähringer

[Mehr zur Person](#)

