

# AUSZEIT VOM ALLTAG

## *Energieströmen / Körperharmonisierung*

**PROGRAMM 09/2019 – 06/2020**

Zum richtigen Wohlfühlen gehört nicht nur ein gutes Essen, sondern auch, dass man körperlich und seelisch gestärkt seinen Alltag erlebt und lebt. Jeder Tag bringt neue Herausforderungen mit sich. Daher ist es wichtig, sich immer wieder die eigene ICH-Zeit zu nehmen um abschalten, um auftanken, um einfach mal durchschnaufen zu können und sich neu zu fokussieren.

**AUSZEIT VOM ALLTAG** ist eine ideale Gelegenheit für eine ICH-Zeit!

### **PROGRAMM:**

- .) STRÖMEN
- .) Kurze Meditation (ca. 10 min.)
- .) Ziehen einer Lebenskarte mit positiver Affirmation

### **THEMEN:**

Freitag 06. September 2019 um 18.30 h

#### **VERMITTLER-STROM**

Akuthilfe, Notfallstropfen

Wir stoppen ab und kehren jede Unbalance um

---

Freitag 04. Oktober 2019 um 18.30 h

#### **GROSSER HARMONIESTROM**

Ermüdung / Erschöpfung

Wir halten unseren Körper in Harmonie

---

Freitag 08. November 2019 um 18.30 h

#### **FINGER – ZEHEN Strom**

Wir aktivieren alle Körperströme

---

Freitag 10. Jänner 2020 um 18.30 h

#### **IMMUNSYSTEM**

Wir stärken unsere Abwehrkräfte

---

Freitag 07. Februar 2020 um 18.30 h

**KREUZ – RÜCKEN - ISCHIAS**

Stärkung des Rückens, Schmerzlinderung, Prophylaxe, Akuthilfe

---

Freitag 06. März 2020 um 18.30 h

**INNERE UNRUHE und NERVOSITÄT**

Wie entspanne ich meine Nerven – wie komme ich zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit?

---

Freitag 03. April 2020 um 18.30 h

**WIR ENTGIFTEN UNSEREN KÖRPER**

Giftstoffe gelangen in unseren Körper in Form von Medikamenten, Kosmetika, Lebensmittel, Strahlenbehandlung, Röntgen, etc.

---

Freitag 08. Mai 2020 um 18.30 h

**KOPFWEH, MIGRÄNE, WETTERFÜHLIGKEIT**

Was kann ich dagegen tun?

---

Freitag 05. Juni 2020 um 18.30 h

**ENERGIEKREISLAUF**

Müde? Matt? Wir bringen unseren Körper wieder in Schwung und schöpfen neue Energie.

---

Wo: Ordination Dr. Gasser 2203 Großebbersdorf, Hubertusweg 1

Dauer: ca. 1,5 Stunden

Beitrag: € 15,--

Ich ersuche um Anmeldung, da die Plätze begrenzt sind!

Auf eine gemütliche **AUSZEIT VOM ALLTAG** freut sich

Franziska Sammer

Energieströmen/Körperharmonisierung

2120 Wolkersdorf, Wolfgerhof 4/3/12

2203 Großebbersdorf, Hubertusweg 1

0664/ 40 50 324

[www.energie-stroemen-sammer.at](http://www.energie-stroemen-sammer.at)

[info@energie-stroemen-sammer.at](mailto:info@energie-stroemen-sammer.at)

