



Entschlackungswochenende

06.09. - 08.09.2019

Villa Veda Zehdenick

Der Kurs verbindet ayurvedisches Wissen mit europäischen Fastentraditionen und aktuellen Trends in der Gesundheitsförderung.

Kursgebühr **370,00 €**

Anmeldung und Kursinfos

0176-20272448 dubrow2@gmx.de

Beginn und Verabschiedung jeweils 17.00 Uhr
www.villaveda-zehdenick.de

Zehdenick befindet sich 60 km nördlich von Berlin und ist mit der Heidekrautbahn bequem zu erreichen.

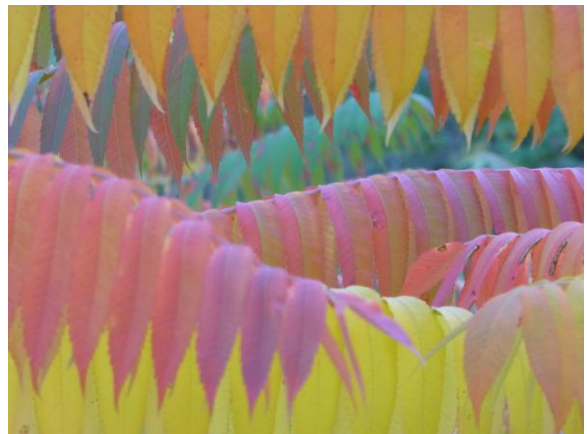
Die Teilnehmerzahl beträgt sechs Personen.

Ulrike Kirchhoff, Fastenleiterin (UGB)
Gesundheitstrainerin (UGB)

Das Strömen der Havel hinter den großen alten Linden versinnbildlicht Chronos, den Ablauf der Zeit, die fließende Lebensenergie, aber auch den befreienden lösenden Reinigungsprozess für Körper und Seele.

Das Detoxwochenendpaket

Zwei Übernachtungen im Doppelzimmer
Ayurvedische Mahlzeiten und Getränke zur
Entschlackung werden gemeinsam zubereitet
Ayurveda-Rückenmassage mit Kräuterstempeln
Bitterstoffe für Leber und Verdauung, Leberwickel
Stärkung der Autophagie und des Immunsystems
Anregung des Verdauungsfeuers Agni und des Stoffwechsels
Darm-, Blut- und Zellreinigung
Teilfasten
Leberwickel
Viel frische Luft und Bewegung
Konzentration auf gute und kraftvolle Gedanken



Langsame Kuren

„Mancher sagt zehnmals des Tages ein böses kaltes Wort an seine Umgebung und denkt sich Wenig dabei, namentlich nicht, dass nach einigen Jahren er ein Gesetz der Gewohnheit über sich geschaffen hat, welches ihn nunmehr nötigt, zehnmals jedes Tages seine Umgebung zu verstimmen. Aber er kann sich auch daran gewöhnen, ihr zehnmals wohlzutun! „
Friedrich Nietzsche in Morgenröthe