

# Wohlbefinden durch die 5 Elemente

Erlebe die stärkende Wirkung kinesiologischer Übungen auf Körper, Geist und Seele.

Mit Hilfe von Meridiangymnastik- und stretching, der Brain Gym® Bewegungen und anderen kinesiologischen Übungen stärkst Du deine Wirbelsäule, erlangst (wieder) mehr Beweglichkeit und Leichtigkeit, dein Energiepotenzial und die Selbstheilungskräfte werden gesteigert!

Ebenso erlangst du einen Einblick in die 5 Elemente und wie du diese für dich nutzen kannst. Zum Abschluss jeder Stunde wird 1 Element in der Entspannungsphase geräuchert.

Du bekommst jedes Mal eine Zusammenfassung der Übungen, um diese daheim in den Alltag integrieren zu können.

Termin: 19. April - 14. Juni 2022, 1x/Woche 18:30 - 19:30 Uhr

Kosten: € 85,--

Ort: Hofgartenstrasse 13, 5203 Henndorf

Anmeldung: office@institut-statera.education  
+43(0)664/1028939

INSTITUT STATERA

Bildungszentrum für Kinesiologie



*Eva Kelča*  
Kinesiologie