



Frauentag am 26.01.2020

Kursleitung: Doris Eberl

Mentalcoach u. Gesundheitstrainerin

Es erwartet Sie ein informativer Wellnessstag für die Frau. Doris Eberl führt Sie durch ein bewegtes und entspanntes Übungsprogramm das speziell auf den weiblichen Körper ausgerichtet ist.

Die Heilpraktikerin Melli Mayer-Lück informiert Sie am Nachmittag in einem interessanten Vortrag über das Thema „Entgiftung des Körpers“. Im Anschluss daran haben Sie die Möglichkeit sich von ihr durch eine Massage nach Wahl verwöhnen zu lassen.

(Weitere Infos zur Veranstaltung finden Sie auf der Flyer-Rückseite)

Es erwartet Sie eine angenehme entspannte Atmosphäre in geschmackvollen Behandlungsräumen.

Wann: Sonntag 26.01.2020, 10.30 – 17.00 Uhr

Wo: Physiocenter Peilstöcker, Zehntfeldstr. 240b, 81825 München

Wieviel: € 98.- (incl. Snacks u. Getränke),
zuzüglich Massage nach Wahl, 30 min € 35.-

Infos und Anmeldung bis spätestens 11.01.2020 und unter:

info@de-mentalcoach.de, www.de-mentalcoach.de,

oder mobil: 0171035494

Bitte mitbringen: gute Laune und bei Bedarf eine eigene Decke, großes Handtuch und Kissen



Wir freuen uns auf Sie...

Weitere Infos zur Veranstaltung:



Im Vortrag mit Melli Mayer-Lück zum Thema „Entgiftung des Körpers“ geht es darum welche Gifte aus der Umwelt und unserer Lebensweise den Körper belasten und was wir aktiv dagegen tun können.

Das Massageangebot (bei Anmeldung zum Frauentag bitte angeben) , 30 min 35.- € besteht aus:

- Hormonmassage in den Wechseljahren nach den Grundprinzipien: Drainagekanäle öffnen, Verklebungen lösen, Gewebe und Organe ansprechen und in Bewegung bringen
- Fußreflexzonenmassage zum Ansprechen des „Inneren Arztes“ als Anregung des Körpers in die Selbstheilung zu gehen
- Klassische Massage mit oder ohne Öl zur Lockerung der Rückenmuskulatur

Welche Massage Sie auswählen, können Sie gerne kurzfristig am Tag der Veranstaltung entscheiden.

Im Anschluss besteht die Möglichkeit der Nach-Ruhe im Behandlungs- oder Veranstaltungsraum.



Der aktive Übungsteil mit Doris Eberl, beinhaltet Kräftigungs- und Dehnungsübungen für die weiblichen Zonen sowie den Rücken. Auf Wunsch wird gerne auf persönliche Bedürfnisse eingegangen. Im entspannten Part haben Sie die Möglichkeit durch geführte Entspannungs- und Körperreisen sich und ihren Körper besser kennen zu lernen und vollkommen loszulassen.

