SiLENTFLOW

Upgrade FASZIEN

beleben, vernetzen, genießen

Faszientraining neu – und weiter – verstehen; Faszientraining *praktisch* eingebettet in angrenzende Disziplinen wie Vipassana, Aroma-, Atem- und Yogatherapie. „Die Faszie ganz“. Wir gehen *tiefer*!
Dieses Wochenende ist als Intensiv-Aufbaumodul und -Selbsterfahrung konzipiert. Für alle, die schon Berührungspunkte mit dem Thema Faszien haben: Genährt aus etwa 40 Ausbildungen und reichlich praktischer Erfahrung.

TERMINE

Wann	18. bis 20. Oktober 2024
Zeiten	Freitag 19:00 - 21:30 Uhr Samstag 07:00-10:45 und 13:30- 17:30 Sonntag 08:15-11:00 und 13:00-17:00 Uhr
Wo	Seminarhaus Shanti, Bad Meinberg/NRW
Kosten	€298 (zzgl. ÜN ~€50-100, je nach Zimmer) inkl. bio-Hp, Skript, ätherische Öle therapeutischen Grades, Faszien-training-Equipment, div. Yoga-Zusatzangebote

IN MINUTEN

60 Aroma(yoga)therapie für die Faszie: Grundzüge | *Entspannungspezial*
60 Aroma(yoga)therapie für die Faszie: Workshop | *Meditationsspezial*
30 Astrologie, Ayurveda/Dosha | Faszientraining-*Sequencing*
60 *Faszienernährung*: Faszie gesund nähren (inkl. Kakaozeremonie)
90 *Faszientraining: 4 Kategorien* - die besten (unbekannten) Übungen
120 Faszientraining + *Yogatherapie*, Schwerpunkte Psoas, ISG, Schulter, Nacken, Kiefer
120 *Vipassana*: Grundzüge
180 *Ausrichtung* leben (Yin Yoga-Prinzipien)
240 Richtig Schütteln und zittern | *Holotropes Atmen*
… plus optional kostenfreie Angebote des Seminarhauses (Meditation, Homa, Pranayama, Mantrasingen, Hathayogastunden uwm.)

INFO UND ANMELDUNG

Joerg A. Wingen
www.SiLENTFLOW.eu