



GANZHEITLICHE FITNESS FÜR KÖRPER, GEIST UND SEELE

Es wird heutzutage viel von Ganzheitlichkeit gesprochen, aber was bedeutet Fitness denn für deinen Geist oder deine Seele?

In diesem Programm wird darauf eingegangen und es kommen auch entsprechende Fitness-Übungen zum Einsatz. Diese beinhalten auch eine gesunde Form von Spiritualität ohne Dogma, denn **die Seele unterliegt den Gesetzen der Spiritualität**. Wenn jetzt von Ganzheitlichkeit gesprochen wird, muss dies ebenso berücksichtigt werden, wie Übungen zur körperlichen Fitness.

Der Schlüssel zur Fitness & Gesundheit, egal welcher Art, ist Bewusstsein. Du lernst, welchen Einfluss dein Bewusstsein hat und wie du es lenken kannst.

Fröhlichkeit und Humor begleiten jede Stunde ebenso wie effektive Übungen für Körper, Geist und Seele und geführte Heilmeditationen (aktive Traumarbeit). Außerdem gibt es laufend praktische Tipps zur Gesundheitspflege und alternativen Heilkonzepten. Probestunde gerne nach Absprache.

WERDE ZUM EXPERTEN DEINER EIGENEN GESUNDHEIT!



Fortlaufender Kurs
Ort: Gesundheitsschule
Neubeginn, RD
Mo & Do: 19:15 – ca. 20:30



www.usedtobesomebody.org/programm/
Kontakt: Andreas Witt - 0176 21 20 19 69