Seminare zur ganzheitlichen Gesundheit

Klangreise – Körperliche & Geistige Entspannung durch Klangschalen

Die Vibrationen der Klänge bringen Ihre Körperzellen in feine Schwingungen, wodurch sich diese gleichzeitig entspannen und vitalisieren können

Termine: Samstags, 16.11. 24 | 25.1.25 | 8.3.25 | 10.5.25 | 12.7.25 von 16.00– 17.30 Uhr

Beitrag pro Termin: 30,- Euro

Eine tänzerische & klärende Reise durch deine Chakren (Energiezentren)

7.12.24 WurzelChakra | 18.1.25 SakralChakra | 22.2.25 Solarplexus | 5.4.25 HerzChakra | 17.5.25 HalsChakra | 5.7.25 StirnChakra | 30.8.25 KronenChakra

Samstags von 15.00 – 17.30 Uhr

Beitrag: komplette Chakrenreise 270,- € • Einzeltermine: 44,- €

Ganzheitliches Faszientraining mit Bällen & Faszienrollen

„Richtiges" Rollen zur Vorbeugung und bei Verspannungen & Schmerzen im Bewegungsapparat

Termine: auf Anfrage

Hatha-Yoga

Termine: Dienstags & Donnerstags von 18.30 - 20.00 Uhr

Ort: Yoga - Schule in Königswinter-Oberpleis, Mozartstr. 6

Einzeltermine: Energiearbeit, Klangmassagen, Atemsitzungen nach Terminabsprache

Ute Neuhöffer - Wagenblasst

Entspannungs-, Atem- & Gesundheitspädagogin
Energiearbeit für Mensch und Raum
Klangreisen & Klangmassagen
Pilates- & Yoga-Lehrerin

Anmeldung : 0 22 23 / 90 32 82 · info@balance-und-lebenskraft.de
www.balance-und-lebenskraft.de