

An alle Frauen,

Stellst Du Dir auch diese Fragen:
Wie komme ich leichter durch diese Zeit?
Steht vielleicht eine Veränderung an?
Oder möchtest Du einfach mal
nur für Dich Sein
und Kraft schöpfen?



Dann komm mit uns auf eine Reise an die Ostsee.

Wir laden Dich herzlich ein, eine Woche der Leichtigkeit mit uns zu zelebrieren und Dich inspirieren zu lassen.

**Wir entschlacken den Körper,
beruhigen den Geist
und nähren die Seele.**

legen den Samen für das Jahr 2022.

Frühlingserwachen

13. – 19. März

Mit Marlis meditieren wir am Morgen und tanzen am Nachmittag in den Frühling.
(Biodanza = Tanz des Lebens)

Anne verwöhnt mit leichter basischer Kost. Der GENUSS wird großgeschrieben.
Du bist herzlichst eingeladen mit ihr zu kochen. So wirst du Tricks und Alternativen erfahren, die einfach umzusetzen sind, alltagstauglich auch bei Unverträglichkeiten.

Genießen den Strand, das rauschen der Ostsee,
lauschen dem Wind, und lassen die Seele baumeln.

Für den Abend werden wir wieder die ganz spezielle Gruppendynamik nutzen und entstehen lassen.

Es freuen sich schon jetzt auf Dich!!!

Eure Marlis & Anne

P.S. Und im Oktober ernten wir....

Dann gibt es die „Kulinarische Reise mit Tanz & Meer“ 09.-15.10.2022

.....

Anne Schwarz Tel: 0172-732 40 97 mail: kontakt@vitalpraxis-morgentau.de

Marlis Kretschmer Tel: 01577 830 63 42 mail: info@biodanza-dessau.de