

Großer Gesundheitstag

im Dachsberghof, Reichelsheim
am 21.05.2022 von 11:30h – 19:00h/22:00h

An diesem Tag geht es um DICH und DEINE Gesundheit! Komm und mach mit! Lass dich inspirieren und motivieren, deine Gesundheit auf ein neues Level zu heben!

*“Die Gesundheit ist zwar nicht alles,
aber ohne Gesundheit ist alles nichts.”*
– Arthur Schopenhauer



Da unser Körper immer nach Heilung strebt, immer darauf bedacht ist, wieder in einen guten Zustand zurückzukommen, liegt es an uns, diesen Prozess bestmöglich zu unterstützen.

Es geht dabei weniger um das Verbieten und Verzicht, sondern um Fülle und die richtigen Entscheidungen im Alltag. Mit Kleinigkeiten kann man so schon viel erreichen und den Körper Stück für Stück wieder unterstützen bei der Selbstregeneration. Ein höheres Energielevel dankt es einem.

Du erhältst die Möglichkeit deine Gesundheit und dein Leben wieder selbst in die Hand zu nehmen. Aktiv laden wir dich dazu ein, anzufangen und mitzuwirken. Viel hast du vielleicht schon gehört, gelesen und doch mangelt es an der Umsetzung? Der Alltag holt dich immer wieder ein? Dann ist dies eine Gelegenheit.

Bei unserem Workshop kommst du wieder zu dir, in dich und wirst feststellen, wo du gerade stehst. Gemeinsam schauen wir, in welche Richtung du gehen möchtest und zeigen dir, wie du einfach einen Plan für dich entwerfen kannst, der dich mit Kleinigkeiten durch den Alltag zu immer mehr Bewusstsein und Gesundheit führt.

Rohkost-Zubereitungskurs & Schoßraumreise inklusive!

Mit einem kraftvollen Ritual und einer musikalischen Klangreise wollen wir den Tag ausklingen lassen.



Es freuen sich auf dich:

Sonja Watt – Gesundheits- und Rohkostberaterin, Mentaltrainerin, Seminar- und Camp-Leiterin

Jennifer Lerch – Gesundheitspraktikerin für Schoßraum®-Prozessbegleitung, Entspannungstrainerin, intuitive Musikerin

Gesundheitstag (11:30h – 19:00h): 100 – 150 EUR/Person

Abendveranstaltung (20h – 22h): 20 – 30 EUR/Person

Anmeldung unter: info@sonjawatt.com

