

Naturheilpraxis für Tibetisch Medizin lädt ein zum

TAG DER OFFENEN TÜR

Gesundheit für Körper, Geist und Seele

Samstag, 5. September 2020, 10.30 – 17.00 Uhr

Die Traditionelle Tibetische Medizin wird auch als „Das Wissen vom Heilen“ beschrieben. Ihre Stärke liegt in der Prävention, d.h. im Vorbeugen von Krankheiten durch die eigene Lebensführung sowie in der Behandlung von chronischen und psychosomatischen Krankheiten. Ernährung, Lebensstil und Gedankenführung, das Lu Jong-Yoga sowie die Tibetischen Heilmethoden haben einen hohen Stellenwert. Sie stärken die Gesundheit und das Immunsystem auf allen Ebenen und fördern Vitalität, Lebensfreude sowie ganzheitliches Wohlbefinden.



- Ab 10.30 h** **Tibetische Medizin zur Gesundheitsförderung und Prävention**
Ausstellung: Lernen Sie hier die einzigartige Heilkunst kennen und erfahren den wertvollen Nutzen für Ihre eigene Gesundheitsförderung und wie Sie Ihr Immunsystem ganzheitlich stärken.
- 11.00 h** **Im natürlichen Fluss der Lebensenergie und Lebensfreude**
Vortrag – ca. 11.30 h mit anschließender Fragerunde.
Die Tibetische Heilmassage löst Verspannungen auf körperlicher und emotionaler Ebene, führt zu tiefer Entspannung und bringt Sie ins Gleichgewicht. Sie stärkt die Resilienz (die psychische Widerstandskraft) und aktiviert Ihre natürlichen Selbstheilungskräfte. Dies hat eine positive Wirkung auf Ihre Gesundheit, die Energie und das Lebensgefühl.
- 13.30 h** **Vitalität, Lebensfreude und ein starkes Immunsystem**
Vortrag - ca. 14.00 h mit anschließender Fragerunde.
Empfehlungen aus den tibetischen Überlieferungen für ein gesundes, langes Leben. Passende Ernährung, Lebensstil und Gedankenführung (Mindset) fördern ganzheitliches Wohlbefinden, stärken das Immunsystem auf allen Ebenen und erhöhen die Lebensfreude.
- 16.00 h** **Schnupperstunde Lu Jong Yoga – Tibetisches Heilyoga nach Tulku Lobsang**
Lektion – ca. 17.00 h. Die ganzheitliche Bewegungspraxis fördert die Gesundheit von Körper und Geist. Sie stärkt die innere Heilkraft, öffnet Blockaden und bringt die Emotionen ins Gleichgewicht sowie den Geist zur Ruhe; für Vitalität, Lebensfreude und Gelassenheit. Bitte mit Anmeldung.
- Ort** **Garten-Hotel Promenade, Orchideensaal, Fäsenstaubstrasse 43, 8200 Schaffhausen**
Referentin **Marianna Neidhart, Gesundheits-Coach**

Marianna Neidhart und das ganze Team freuen sich auf Ihren Besuch.



Marianna Neidhart
Gesundheits-Coaching für Körper, Geist und Seele
Naturheilpraktikerin Tibetische Medizin (Paramed), Dipl. Masseurin Tibetische Massage
Lu Jong Yoga-Lehrerin, Liz. Fünf »Tibeter«[®]-Trainerin

Info: Tel. 052 620 33 53, info@tibetmedizin.ch, www.tibetmedizin.ch
Krankenkassen-Anerkennung: EMR, ASCA, EGK