

Bauch-Selbstmassage und Geist-Selbtheilung

Ein Seminar mit Lumira für mehr Vitalität und Gesundheit!

am Sa, 20.01.2018

Die Bauch-Selbstmassage ist eine wunderbare Methode, um sich selbst zu helfen. Man braucht dafür nichts weiter als die Hände und täglich etwas Zeit. Die Resultate sind aber genial. Denn wenn es im Bauch staut, die Durchblutung gestört ist, wirkt es auf unseren gesamten Organismus aus und so entstehen jede Menge unerwünschte Symptome.



Die Bauch-Selbstmassage aktiviert unser Verdauungssystem, unterstützt Darmreinigung, hilft dem Körper sich zu entsäuern. Es ist eine Unterstützung bei der Gewichtsabnahme, es verbessert die Haltung und das Hautbild. Man fühlt sich insgesamt leichter, vitaler und glücklicher.

Nehme deine Gesundheit in deine Hände und lerne die Bauch-Selbstmassage! In Russland ist die Bauch-Selbstmassage sehr populär und wird bereits von zahlreichen Ärzten praktiziert und empfohlen. Ich finde die Bauch-Massage nach Dr. Ogulov eine der besten Methoden, die es heute gibt, um die Gesundheit dauerhaft zu erhalten. Aber zusammen mit mentalen Übungen und gezielt angesetzten Vitalstoffen können wir einen enormen Beitrag leisten für unser Wohlbefinden.

Da es dieses Seminar Sitz-, die Liegeplätze erfordert, ist die Teilnehmerzahl auf 22 begrenzt.

Bitte mitbringen: Liegematte, Decke, Socken bzw. Hausschuhe, Schreibutensilien.

Bei diesem Seminar gibt es **keine Mittagspause!** (Es gibt nur 2 kleine Zwischendurch-Pausen.) Wir empfehlen an diesem Tag nur leicht zu frühstücken und einfache leicht verdauliche Snacks mitzunehmen.

Wasser, Tee, etwas Obst werden gestellt.

Preis: 160 €. Ab 2 Pers. 150€

Ort: SEMINARZENTRUM RA

Fuggerplatz 2c

86916 Kaufering

www.seminarzentrum-ra.de

Zeit: 9.30 - 16.00 Uhr

Anmeldung und Infos bei Nikolai:

verlag@lumira.de

Tel.: +49 8191 6409 639, Mobil: +49 152 53672810