



gut verdaut

Gut verdaut?

Die Veranstaltungsreihe *Gut Verdaut?* widmet sich verschiedenen Aspekten des Verdauens in unserem Leben. Dazu haben wir Experten aus unterschiedlichen Bereichen eingeladen, die praktische Übungen anbieten sowie theoretische Hintergrundinformationen und Denkanstöße liefern. Unsere Absicht ist es, Raum zu schaffen, einem essentiellen Prozess im Körper Aufmerksamkeit zu schenken. Die TeilnehmerInnen sollen sich von den Veranstaltungen etwas Praktisches in den Alltag mitnehmen können, um mehr Wohlbefinden zu erlangen.

Eine gut funktionierende Verdauung beeinflusst unser Energielevel im Alltag, unsere Konzentrationsfähigkeit, die Fähigkeit zu regenerieren, unseren Schlaf und die Gesundheit ganz allgemein.

Do 29.1.2015 | 18.30 - 20.00 Uhr

Die Balance finden zwischen Aufnehmen und Loslassen

Barbara Probst und Daniela Razocher, Praktikerinnen der Grinberg Methode® Level II

Sa 28.2.2015 | 9.00 - 11.00 Uhr

Detox - mit Yoga loslassen*

Caroline Decker, Yogalehrerin

Do 26.3.2015 | 18.30 - 20.00 Uhr

Emotionen & Essverhalten

Marianne Kamleitner, Ernährungswissenschaftlerin und Certified BodyTalk Practitioner

Di 21.4.2015 | 18.30 - 20.00 Uhr

Den Bauch beim Verdauen unterstützen*

Dorothea Lübke, Coach und Ernährungsberaterin

Do 21.5.2014 | 18.30 - 20.00 Uhr

Aspekte des Verdauens im Kunstschaffen

Kay Walkowiak, Künstler

Do 25.6.2014 | 18.30 - 20.00 Uhr

Wenn Stress die Verdauung blockiert

Claudia Reiter, Lehrerin der Grinberg Methode®

Alle Veranstaltungen sind kostenfrei.

*** Veranstaltung mit begrenzter Teilnehmeranzahl**

Ort:

Praxis Fuchsthallergasse | Fuchsthallergasse 11/29, 1090 Wien

Anmeldung:

praxis.fuchsthallergasse@gmail.com

Mag. Barbara Probst +43 650 366 2331

Mag. Daniela Razocher +43 699 1881 0023