

FRÜHLINGSKUR im Sinne der **TCM** - 29. März - 3. April 2020 im wunderschönen Seminarhof „Schöneck“ im Waldviertel

Frühling! Es ist die Zeit für Rundumerneuerung. Auch unser Darm, Wurzel unserer Gesamtgesundheit, benötigt in regelmäßigen Intervallen Reinigung, Pflege und Wartung. Gleichsam wie das Service unseres Autos. In dieser Auszeit werden Sie dazu auf sanfte Art von der **entschlackenden basischen Küche der 5 Elemente**, den **weichen und fließenden Bewegungen des Qi Gong und Taiji Quan** begleitet. **Meditation** und eine Umgebung unberührter Natur unterstützen Sie zusätzlich. Durch dieses Gesamtprogramm können Sie Ihre **Akkus wieder aufladen**. Kraft, Gelassenheit, Leichtigkeit und Freude kehren zurück. Tauchen Sie ein in **diese beiden Hauptsäulen der TCM**, die Sie eigenverantwortlich auch täglich **zu Hause anwenden können**. Gönnen Sie sich das Geschenk dieser Auszeit. Ihr Körper wird es Ihnen danken!



▪ Leitung Ernährung
Gabriele Rauch



▪ Leitung Taiji/Qi Gong
Jochen Pamer



Jochen Pamer

0699.126 44 212 johnen22@hotmail.com www.jochenpamer.at



Gabriele Rauch

0650.581 01 67 office@mitherz.wien kuechenmagie.mitherz.wien

„TCM FRÜHLINGSKUR“

Entschlackung . **E**ntsäuerung . **E**ntspannung . **E**rholung . **E**ntschleunigung

Über uns

- 1973 geboren in Zurndorf/Burgenland
- 2009 Ausbildung zum „Ernährungs- und Wellnesscoach gem. Bildungsforum Wien“ (siehe www.bildungsforum.at) mit Auszeichnung abgeschlossen
- 2012 Ausbildung zum lizenzierten "Fünf >>Tibeter<<®-Trainer“ in München (siehe www.fuenf-tibeter.org).
- 2013-2015 Ausbildungslehrgang "Ba He Fa - Acht Harmonien Heilkunst" im "Anshen Ausbildungszentrum für Ba He Fa" (siehe www.anshen.at) bei Dr. med. univ. Christopher Po Minar mit Auszeichnung abgeschlossen und Beginn des Kursangebotes in Neusiedl am See und Wien
- 2016 bis heute - Weiterbildung im Anshen-Gesundheitszentrum (www.anshen.at) sowie bei ausgewählten Trainern
- 2018 Praktische Leitung der Einheiten „Medizinisches Qi Gong“ im Anshen-Gesundheitszentrum



- Diplom für biomedizinische Analytik (1984)
- Diplom für Ernährungsberatung an der Wiener Schule für TCM bei Susanne Peroutka (2008)
- Weiterbildungen über Kinderernährung, Burn Out, Klimakterium, Gesichtsdiaagnose und Gesundheit der Frau im Zusammenhang mit der Ernährung nach der TCM im Shambhala
- Ernährungsberatung & Verkostung zu Seminaren im Anshen-Gesundheitszentrum (seit 2012)
- Traditionelle Heilkräuterkunde im Thor-Zentrum
- Stadtschamanismus bei Abenteuer-Leben
- Dunkelfeldmikroskopie

Gabriele Rauch



Jochen Pamer . Römerweg 40 . 7100 Neusiedl am See,
0699.126 44 212 johnen22@hotmail.com www.jochenpamer.at



Gabriele Rauch . Josef-Frank Gasse 3/8/16 . 1220 Wien
0650.581 01 67 office@mitherz.wien kuechenmagie.mitherz.wien

Programm . Preise / 29. März - 3. April 2020

<ul style="list-style-type: none"> • Qi Gong • Meditation • Taiji Quan <p>3 Einheiten täglich (morgens, nachmittags und abends)</p>	<p>Kursbeitrag EUR 599,--</p>
<ul style="list-style-type: none"> • frische Zubereitung aller Mahlzeiten nach der 5 Elemente Lehre (inkl. BIO-Gemüsekraftsuppen mittags und abends) • Leberwickel • Detox Getränke und ausgewählte Kräutertees • Impulse betreffend Ernährung und Lebensstil <p>Weiters: Vorträge zum Thema Säure/Basenhaushalt, Aufbau tage für zuhause, Schweigetag, Feuer-Loslass & Wunsch Ritual</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • Nächtigung, Zimmer mit Dusche und WC • Benützung von Seminarraum inkl. Nächtigungstaxe und Mwst. • Basenfrühstück BIO • Seminarhof steht exklusiv für diese Veranstaltung zur Verfügung 	<p>Nächtigung EUR 285,--/EZ bzw. EUR 235,--/DZ pro Person</p>