

DIE LEICHTMACHERIN

body mind soul

JETZT ist ein guter Zeitpunkt für mehr
Leichtigkeit

SONNTAG, 24. MÄRZ 2019 | 10 - 14 UHR

**STARKÜCHE
STAHLTWIETE 20, 22761 HAMBURG**



Infos: die-leichtmacherin.de

Tickets: mail@starkueche.com

040-85157688

HEIDI BEREUTHER

DIE LEICHTMACHERIN GIBT MIT HERZ UND HUMOR IMPULSE ZU DEN THEMEN GENUSS, ENTSPANNUNG UND WOHLGEFÜHL - 360° RUND UM KÖRPER, SEELE UND GEIST.

SOUL-FOOD

DURCH DAS GEMEINSAME ZUBEREITEN VON KREATIVEN FRÜHSTÜCKS- UND LUNCH-VARIATIONEN ERLEBST DU, WIE EINFACH UND LECKER GESUNDE ERNÄHRUNG SEIN KANN.



IMPULSVORTRÄGE

DU ERFÄHRST, WARUM WIR IMMER WIEDER DURCH STRESS-SITUATIONEN AUS DEM GLEICHGEWICHT GERATEN UND BEKOMMST IDEEN, WIE DU LANG ANTRAINIERTE VERHALTENS-MUSTER DURCHBRECHEN KANNST.

KLEINE AUSZEITEN

KURZE MEDITATIONS- UND HYPNOSE-EINHEITEN ZEIGEN DIR, WIE DEIN LEBEN AN BALANCE UND LEICHTIGKEIT GEWINNT.

115€ inkl. Impulsvorträge, Frühstück, Lunch, Getränke sowie kurze Hypnose-Einheit

*** Mindestteilnehmerzahl: 15 Personen**