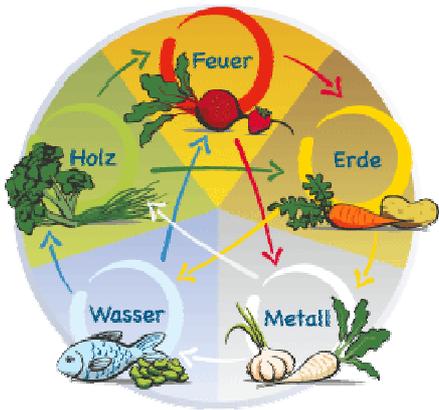


„Elemente, Jahreszeiten & Co“ Alles zu seiner Zeit!

Die 5 Wandlungsphasen der Chinesischen Medizin im Jahreszyklus



Jede Jahreszeit hat ihren eigenen Charakter und ihre spezifische Wirkung auf unseren Körper, Geist und die seelische Verfassung. Aus chinesischer Sicht sind die Jahreszeiten den Elementen Metall, Wasser, Holz, Feuer und Erde zugeordnet.

Wie kann ich das jeweilige Element stärken und in den Alltag integrieren?

Alles zu seiner Zeit: Das Frühjahr !

Das Frühjahr ist die Zeit für den Neuanfang. Es wird dem Element Holz zugeordnet. Die Dynamik des Holzes zeigt sich in Spontaneität, freier Entfaltung, Phantasie und Kreativität. Sie ist durch Lebendigkeit und kräftiges Wachstum charakterisiert. Die zu stärkenden Organsysteme sind die Leber und die Gallenblase.

Mit Qi Gong-Übungen, Akupressur und Ernährung werden wir das Element Holz verstehen und schätzen lernen.

Wann?

jeweils montags, von 19:00 bis 20:30 Uhr
23. März 2020 und 27. April 2020

Ort

Gutzkowstraße 35 in Frankfurt Sachsenhausen

Moderatorin

Ursula Sgoff, Heilpraktikerin & TCM-Therapeutin

Kostenbeitrag pro Abend: 18 Euro.

Anmeldung

Bitte per E-Mail unter info@sgoffnaturheilpraxis.de
oder telefonisch 069 96374768 an.

Bild: <http://www.gesundheitspraxis-hilden.de/elemente>