



1. Halbjahr 2016 Erlebnisabende

im Netzwerk Leben, Gesundheit und Bewusstsein e.V.

Do, den 14. Januar 2016, 20:00 Uhr Kundalini-Meditation

Bei dieser Meditation nach Osho werden Sie in vier Phasen von der Bewegung zur Ruhe geführt. Verspannung und Blockaden werden dabei losgelassen. (**Hans Sauckel** und **Anke Ziehm**)

Mo, den 22. Februar 2016, 20:00 Uhr Faszien, ein faszinierendes Gewebe

Was sind Faszien, welchen Einfluss haben sie auf unser Befinden und wie lässt sich der Zustand unserer Faszien positiv beeinflussen? Diesen und anderen Fragen möchten wir an diesem Abend nachgehen. Gehen Sie mit uns auf die Reise. Entdecken Sie dieses faszinierende Gewebe, das auch in der Wissenschaft immer mehr Beachtung findet. Referentin: **Janin Krohn**, Heilpraktikerin, Craniosacrale Osteopathie und Bowen Therapie

Do, den 10. März 2016, 20:00 Uhr Locker läuft's leichter! Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

Die Progressive Muskelentspannung (PME) ist ein bewährtes, wirksames und vor allem alltagstaugliches Entspannungsverfahren für Erwachsene und Kinder. Die leicht erlernbare Methode weist Erfolge auf z.B. bei der Bewältigung von Stress-Situationen im Alltag, bei Spannungskopfschmerz, Schlafproblemen und Prüfungsangst. (Referentin: **Martina Weber**, Dipl. Pädagogin)

Do, den 14. April 2016, 19:30 Uhr Synergetik – Kraft und Wirkung der "Inneren Bilder" - Aufarbeitung in Tiefen-Entspannung und Auswege

Erleben Sie, wie im Unterbewusstsein abgespeicherte Bilder (z.B. bei Trauma, Angst, Befindlichkeitsstörungen, Verlust, Kindheit etc.) in Tiefen-Entspannung aufgedeckt, bearbeitet und transformiert werden. Live-Sitzung mit **Ulrike Bündenbender**.

Mi, den 18. Mai 2016, 20:00 Uhr Genießen und Entsäuern!

Erfahren Sie, wie sich Stress und Ärger auf Ihren Säure-Base-Haushalt auswirken : (Und erleben Sie an diesem Abend, wie Sie mit harmonischen Klängen genussvoll entsäuern können :)
Referentin: **Maike Greulich**, TAO Touch Klangtherapeutin, Gesundheitsberaterin (IHK)

Do, den 14. Juli 2016, 20:00 Fit im Kopf in jedem Alter durch Neurofeedback-Training

Erleben Sie selbst, wie die Gehirnaktivität gemessen und gesteuert werden kann. Lernen Sie eine neue Methode kennen, mit der Sie Ihre geistige Fitness trainieren können.
Referent: **Uwe Feder**, Pädagoge und Neurofeedback-Trainer

Sa, den 10. Juli 2016, ab 15:00 Uhr Sommerfest

Interessierte sind herzlich eingeladen. Über eine kleine Essens-Spende fürs Buffet freuen wir uns sehr.

Bitte melden Sie sich für die Veranstaltungen an!

Die Veranstaltungen sind kostenlos, um Spenden wird gebeten.

Netzwerk Leben, Gesundheit und Bewusstsein e.V.
Insterburger Str. 7. 65779 Kelkheim
Tel: 06195-5686 info@netzwerk-main-taunus.de



www.netzwerk-main-taunus.de