

Ein Tag für Dich!

Wohlfühlen und Kraft tanken im malerischen Spar-Gebirge
mit Katrin und Yvett

ENERGIE & SELBSTTHEILUNG

am 13. Juni 2026, 10 bis 16:30 Uhr



Ein Tag für Dich! – Energie & Selbstheilung

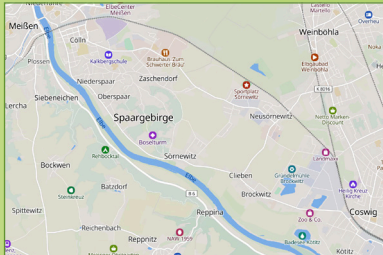
Dein Tag beginnt mit Sukshma, wobei der ganze Körper mit sehr wirkungsvollen Atemtechniken vitalisiert wird. Sukshma Atemyoga regt den Stoffwechsel an, entgiftet den Körper, reduziert Stress und steigert das Energielevel. Anschließend kannst Du mit Zellclearing Dein gesamtes Zellsystem erneuern.

Nach einem bunten Mittagsbuffett, zu dem jeder dazu beiträgt, geht es zur nahegelegenen Bosel, wo sich Dir ein atemberaubender Blick auf das Elbtal eröffnet.

Den Tag beschließen wir mit einer Klangreise, die Dich in die Welt der Klänge von tibetischen Schalen, Zimbeln, dem Monochord u. a. entführt. Das Klangbild dieser Instrumente ist reich an Obertönen, deren Schwingungen Körper, Geist, Seele harmonisieren und die Selbstheilungskräfte aktivieren.

WANN: *am Sonnabend, 13. Juni 2026, 10 bis 16:30 Uhr*

Eigene
Anreise:



WO: im Garten von Evelies Baumann,
Dresdner Str. 330, 01640 Coswig

Kosten: 70 Euro

Die Teilnehmeranzahl ist begrenzt,
bitte daher rechtzeitig bis zum 1. Juni 2026 anmelden.
Bringe bequeme Kleidung und eine Decke, ein kleines Kissen und wenn möglich
eine Yogamatte mit! Vorkenntnisse sind nicht unbedingt erforderlich.



mit
Katrin & Yvett



*Das Richtige
zur richtigen Zeit*

Information und Anmeldung über:

Yvett Mühlbauer, Yogalehrerin

Tel. 0174 15 517 15

www.bioenergetik-beratung.de

Katrin Bernhardt, Dipl. Harmonyum Therapeutin

Tel. 0152 09 25 95 98

www.energieundyoga.de