

Woman Balance Day



Kidlerstr. 19
81371 München

Sep
2020

27
So

Bewegung

Regeneration

Kreativität

Heilung

Ein Tag, um die Balance wiederzufinden.

Veranstaltungen im großen Raum

09 ³⁰ - 09 ⁴⁰	Opening Ceremony • Christine Zinsler
09 ⁴⁵ - 11 ⁰⁰	Pilates • Workshop • Christine Zinsler Übungen für Rücken, Beckenboden, Faszientraining. Sanft. Wir bewegen uns langsam und bewusst, spüren Verspannungen auf und lösen diese in dehnenden und vitalisierenden Bewegungen. Regeneration für alle Muskelgruppen - Geschmeidigkeit wird fühlbar.
11 ⁴⁵ - 12 ¹⁵	kreatives Pilates • Workshop • Christin Pilz Pilates mit Ball, Rolle, Theraband. Kleine, fließende Choreografie mit Musik. Kräftigend. Anspruchsvoll.
13 ¹⁵ - 15 ⁰⁰	Hormone • Vortrag • Christine Zinsler Wie wirken unsere weibliche Hormone auf unsere Psyche? Auf unseren Schlaf? körperliche Symptome die durch Dysbalancen entstanden sind. Was hilft? Wann beginnen eigentlich die Wechseljahre? Welche Hilfen gibt es? Welche Mittel wirken eindrücklich?
15 ¹⁵ - 16 ³⁰	Yin-Yoga • Workshop • Marion Hacker Langsame, regenerative Yogastellungen: Yin-Yoga-Positionen, entsprechend lange gehalten, um Faszien und Meridiane anzusprechen. Die Schlussentspannung integriert das Geübte in den gesamten Körper und gibt Dir Ideen, wie Du mit Vorstellungskraft und kreativen Gedankenbildern das Wohlbefinden Deines Körpers vertiefen und mit Deiner Seele in Einklang bringen kannst.
16 ⁴⁵ - 17 ⁰⁰	Schlussrunde • Christine Zinsler

Veranstaltungen in der Naturheilpraxis (3. Stock)

15 ¹⁵ - 16 ³⁰	Kreativ Sein! • Workshop • Sandra Stolle Haben Sie Lust in einem meditativen Moment einen Ausflug in das Reich Ihrer Fantasie anzutreten? Dieser Workshop lädt zu einer Formenreise ein, auf der man beim kreativen Gestalten neue Wege zu sich selbst entdeckt. Gearbeitet wird mit finnischem Bienenwachs und Ton.
-------------------------------------	--



Christine Zinsler

- Geburtsvorbereiterin (GFG)
- Krankenschwester
- Heilpraktikerin

www.christine-zinsler.de
info@christine-zinsler.de
© +49 89 725 11 86

Naturheilpraxis
Christine Zinsler
Kidlerstraße 19
81371 München

Einzelstunden

Du willst gar keinen Workshop, aber endlich Zeit für eine Einzelstunde?

Dann wäre das vielleicht etwas für Dich: Balance finden durch

- Cranio-Sacrale Therapie
- kinesiologische Austestung
- sanfte osteopathische Behandlung
- Unsere Cranio-Sacral-Therapeutinnen **Elisabeth Weggel** und **Michaela Wenzel** freuen sich auf Dich.

Preise

1 Workshop / Vortrag 32 €

2 Workshops / Vorträge 60 €

4 Workshops / Vorträge 90 €

Einzelstunde (75 Min.)* 85 €

* Zahlbar in bar direkt bei der Therapeutin oder Abrechnung über Privatkassen.

Anmeldung

Workshops & Vorträge

Sandra Stolle sandrastolle@gmx.net

alle anderen c.zinsler@web.de

Einzelstunden

Elisabeth Weggel elisabeth@bweggel.de oder ☎ 0172 • 716 74 58

Michaela Wenzel wenzel.michaela@gmx.de oder ☎ 0177 • 738 25 28



Christine Zinsler

- Geburtsvorbereiterin (GFG)
- Krankenschwester
- Heilpraktikerin

www.christine-zinsler.de
info@christine-zinsler.de
☎ +49 89 725 11 86

Naturheilpraxis
Christine Zinsler
Kidlerstraße 19
81371 München