



Ätherische Öle an den Hand- und Fußreflexzonen - duftende Entspannung

Möchtest du die **harmonisierenden und ausgleichenden ätherischen Öle mit den kraftvollen Handreflexzonen kombinieren**, so dass du **jeden Tag entspannt und ausgeglichen** sein kannst?

Verschiedene **Achtsamkeitsübungen und Meditationen** im Verlauf des Abends führen dich vom Außen ins Innen, helfen dir zu entspannen und das Neue in dir aufzunehmen. Sie können von dir auch zu Hause ohne großen Aufwand angewendet werden. So findest du auch im Alltag leichter zu dir und zur Ruhe.

Lerne in diesem Erlebnis-Workshop **die 7 einfachen und praktischen Anwendungen von ätherischen Ölen an deinen Reflexzonen** kennen, die dir helfen, im natürlichen Gleichgewicht und Fluss des Lebens zu sein, egal wo du gerade bist. Gezeigt werden **spezielle Männer- und Frauenpunkte für Entspannung und Ausgleich** sowie verschiedene **Körper- und emotionale Punkte für Balance und Stärkung**.



Erlebnis-Workshop mit Bettina Rutz, Heilpraktikerin für Psychotherapie, und Francis Herdes, internationale Aromaexpertin.



Freitag, 23. November, 19-21 Uhr

Eintritt: 20,-€

Bitte Wasser zum Trinken und warme Socken mitbringen!

**Ort: Einklang Harburg
Kroosweg 30, 21073 Hamburg**

**Bitte vorher anmelden per Mail bei Bettina Rutz:
bettina.rutz@einklang-harburg.de**