

Aliving – Kompakt- Tag:

Sie wollen was Neues spürbar erfahren? Mit Weisheit von wirklich gesunden Naturvölkern Ihr Leben bereichern? Christian Opitz zeigt Ihnen, wie es geht.

Naturvölkern wie den Kalahari, Lipan und Apachen ist die Vorstellung, durch Gehen müde zu werden, völlig fremd. Wie auch für Sie Gehen durch Entlastung der Wirbelsäule Stress verringern kann, lernen Sie an diesem Kompakt- Tag. Christian Opitz gibt eine theoretische und praktische Einführung in seine Aliving – Prinzipien der natürlichen Bewegung und Atmung.

Sie spüren die massive Belastung des üblichen Fersengangs für den Körper sowie die permanente Irritation der Stresszentren im Gehirn.

Und Sie erleben die heilsame Wirkung des natürlichen Ballengehens. Er ist eine wunderbare Möglichkeit, den Körper an sein natürliches Design zu erinnern und dieses zur Entfaltung zu bringen.

Sie bekommen verschiedene Übungen mit auf Ihren Weg, die Sie zuhause weiter führen können. Diese lehren Sie, ein völlig neues Bewegungs- und Körpergefühl zu entwickeln und fortwährend Stressmuster aus dem zellulären Gedächtnis zu entladen.

10:00 – 18:00 Uhr

Kosten: 70 Euro

Bei Buchung des Aliving- 5-Tagesseminars werden € 30,- gegen gerechnet

Tagesvollverpflegungspauschale: € 20,-

Überweisung:

Bank: Volksbank GHB Kärnten AG

lautend auf: Mag. Isabel Ebner

Kontonummer: 2000019394

BLZ: 42130

IBAN: AT384213002000019394

BIC/SWIFT-Code: VBOEATWWKLA