

## Qigong

Gesundheit stärken, Selbstheilungskräfte aktivieren, durch sanfte Bewegungen Stress abbauen.

Der Kurs wird von den Krankenkassen bezuschusst oder übernommen!

Montags, ab 09.01.2023, 17.30-19.00 Uhr,

Montags, ab 09.01.2023, 19.00-20.30 Uhr

Mittwochs, ab 11.01.2023, 9.00-10.00 Uhr,

Mittwochs, ab 11.01.2023, 10.00-11.00 Uhr,

Donnerstags, ab 12.01.2023, 17.30-19.00 Uhr

**Termine nach den Osterferien starten**

**ab dem 12.04.2023**

Immer jeweils 8 Abende 1,5 Stunden, Kosten: 105,- €

Immer jeweils 10 Vormittage 1 Stunde, Kosten: 89,-€

**Dozentin:** Daniela Rohde, Tel. 0178 - 1 98 99 84

## Selbstheilungskräfte durch Akupressur und Selbstmassage aktivieren

Workshop

Samstag, 11.03.2023, 10.00-13.00 Uhr

Samstag, 15.04.2023, 10.00-13.00 Uhr

Samstag, 13.05.2023, 10.00-13.00 Uhr

Kosten: 40,- €

**Dozentin:** Daniela Rohde, Tel. 0178 - 1 98 99 84

## Usui-Reiki Erster Grad

Der erste Grad ist ein Grundkurs.

Es werden Anwendungsgebiete, Gesetze und Auswirkungen der Reiki-Praxis vermittelt. Erlern werden grundlegende Handpositionen und Anwendungstechniken für die Anwendung bei sich selbst und anderen Lebewesen. Termine für den 2. Grad nach Absprache.

Di u. Mi 07.02. und 08.02.2023, 16.00 Uhr, ca. 3-4 h

Di u. Mi 14.03. und 15.03.2023, 16.00 Uhr, ca. 3-4 h

Kosten 230,- €,

Anmeldung bis 1 Woche vor dem Termin!

**Dozentin:** Sigrid Heine, Tel. 0176 - 51 22 24 86

## Entspannt ins wohlverdiente Wochenende

*offene Meditationsgruppe*

Mit geführten Meditationen und Fantasiereisen können Sie wieder in die eigene Kraft und zur Ruhe kommen...

Freitag, 18.00-19.30 Uhr

Kosten 15,-€/Abend, einzeln buchbar

Termine: 20.01., 03.02., 17.02., 03.03., 17.03., 31.03.,

14.04., 28.04., 12.05., 26.05., 09.06., 23.06.2023

**Dozentin:** Birgitta Risthaus, Tel. 05176 - 9 20 00 88

## Homöopathische Haus- und Notfallapotheke

4 Abende jeweils Dienstag, Kosten 75,-€ inkl. Skript  
ab dem 17.01.2023 von 19.00-20.30 Uhr

**Dozentin:** Marianne Neumann, Tel. 05176 - 9 20 00 87

## Fasten im Frühjahr

Egal, ob Sie sich für Heil-, Suppen- oder Basenfasten entscheiden, mit unterstützenden Übungen aus dem Chakra-Yoga sowie Atem- und Entspannungsübungen lassen Sie Ballast los und tanken neue Kraft für Körper, Seele und Geist. Meditationen und Gespräche in kleiner Runde lassen Sie entspannt und gut vorbereitet in den Frühling starten.

Vorbesprechung: Mi, 08.03.2023, 19.00-21.00 Uhr

Fasten: Sa, 18.03.2023 bis So, 26.03.2023,  
jeweils von 19.00-21.00 Uhr\*

\*Zeiten können abweichen, Kosten: 210,- €

**Dozentin:** Birgitta Risthaus, Tel. 05176 - 9 20 00 88

## Wellness-Kurs für Babys

Donnerstags, ab 12.01.2023, 9.00-10.00 Uhr

Donnerstags, ab 20.04.2023, 9.00-10.00 Uhr

9 Vormittage, Kosten: 90,- €

**Dozentin:** Birgitta Maetje, Tel. 01520 - 1 96 07 76

## Kunst mal anders für Kinder im Grundschulalter

- Malen, was mich bewegt -

Montags, ab 16.01.2023, 15.00 Uhr

Freitags, ab 19.01.2023, 14.15 und 16.30 Uhr

Kosten: 13,00 € pro Termin ( Material inklusive)

weitere Termine auf Anfrage buchbar

**Dozentin:** Maren Neumann, Tel.: 0176- 72 18 05 56

## Lifedance für Kinder im Grundschulalter

Sich selbst und andere erleben im Tanz.

Sonntag, 23.04.2023, 15.00-16.30 Uhr

Sonntag, 30.04.2023, 15.00-16.30 Uhr

Sonntag, 07.05.2023, 15.00-16.30 Uhr

Kosten: 10 € pro Termin

**Dozentin:** Gaby Fuentes Caballero,

Tel.: 01525 -3 67 38 27

### Information zur Raumvermietung:

Daniela Rohde  
0178 1 98 99 84

[www.praxishaus-eddesse.de](http://www.praxishaus-eddesse.de)

Es gelten die aktuellen Corona-Regeln.  
Für ausreichend Abstand ist gesorgt, Mundschutz bitte mitbringen.

Änderungen des Programms vorbehalten.