

## **„Fit und Gesund ins Frühjahr starten“**

Fühlen Sie sich müde und lustlos? Ist ihr Körper eher bleischwer als energiegeladen? Ist es die Frühjahrs-Müdigkeit?

Aber, eigentlich liegt doch die Kraft des Frühlings schon in der Luft. Sie belebt Pflanzen und Tiere nach der Winterruhe und weckt ihre Lebensgeister.

Wenn die Energien im Körper frei fließen, dann stellt sich Kraft und Gesundheit ein, so die seit Jahrtausenden gültigen Lehren der Chinesischen Medizin.

Kommt es dagegen zu Blockaden, werden wir müde und schlapp oder es stellen sich Schmerzen ein. Ist unser Immunsystem blockiert, erkälten wir uns ständig, oder, wenn es überreagiert, leiden wir unter vielfältigen Allergien.

Die Chinesische Medizin vermag mit Akupunktur und Chinesischen Arzneimitteln den Fluß der Energien wieder herzustellen. Auf welche Weise dies gelingt und, wie Sie sich mit einfachen Hausmitteln und heimischen Kräutern selbst fit für den Frühling machen, erklären wir in unserem Vortrag.

Zum Nachschlagen für zu Hause erhalten Sie ein ausführliches Skript.