

"Tun Sie Ihrem Körper, Ihrer Seele und Ihrem Wohlbefinden etwas Gutes.

Es ist höchste Zeit für einen Frühjahrsputz, um die Leichtigkeit des Frühlings zu erreichen und gehen Sie nach der Woche gestärkt aber erleichtert in den Sommer.

Wahre Schönheit kommt von innen, besagt ein Sprichwort. Zu Recht. Denn das persönliche Wohlfühlgewicht, hormonelle Ausgeglichenheit, ausreichende Regeneration und gesunde Ernährung bilden die Basis für eine schöne Ausstrahlung.

Leiden Sie an

- Frühjahrsmüdigkeit
- Arbeitsunlust?
- Trägheit?
- oder hat der Winter ein paar Kilos zu viel auf der Waage hinterlassen?

5-ELEMENTE



Ich biete in einem 1-wöchigen Programm eine individuell angepasste Begleitung:

"DETOX WOCHE INDIVIDUELL" - KRAFT TANKEN und sich dabei von Belastungen befreien!

Achtung, fertig und looooooos! Entgiftung mit der Kraft der 5 Elemente - Gifte meiden, Gifte ausleiten & Entgiftungssystem warten

Die Frühlingsenergie unterstützt Sie mit der Kraft der HOLZ Energie und wenn Ihr Vorsatz, sich selbst etwas Gutes zu tun, mehr Bewegung und bessere Ernährung zu gönnen, nicht recht in die Gänge kommt und Sie nicht so recht wissen, wo anfangen? Lassen Sie sich sanft begleiten und holen Sie sich meine Unterstützung...

Ich habe mir ein einwöchiges Rundum-Wohlfühl-Reinigungs-Programm ausgedacht, in dem Ernährung, Entschlackung, Meridiandehnung & Shiatsu miteinander verbunden sind, und Ihnen der Weg in Richtung "Wohlbefinden" erleichtert wird. Sie erfahren, Ihren Körpergefühl wieder zu entdecken, Gifte sanft auszuleiten, Ihre Atmung zu erforschen und die Selbstheilungsprozesse zu aktivieren.

Mein Rundum-Wohlfühl-Paket für Sie:

Wir beginnen mit einem ca. 1 1/2 h Briefing, in dem ich dir das Wichtigste über Ernährung nach den 5-Elementen (TCM) erkläre. Angepasst an Ihren Alltag und Ihre Bedürfnisse stelle ich ein **individuelles Programm** zusammen. Außerdem bekommen Sie ein kleines **Meridiandehnungsprogramm** und **Übungen zur Anregung des Lymphflusses** mit nach Hause, das Sie täglich zu Hause üben können/sollen, um Ihren Körper gesund zu halten aber auch um Ihren Stoffwechsel anzuregen. Wir vereinbaren **zwei Shiatsu-Schröpf-Sitzungen** mit lymphöffnender und entstauender Wirkung. Und zusätzlich versorge ich Sie **eine Woche lang täglich per E-Mail mit Tipps, Tricks und Rezepten!** Nach einer Woche treffen wir uns zu einem Abschlußgespräch (Dauer ca. 1 1/2, um Ihren Fortschritt oder auch Schwierigkeiten zu besprechen und ein Programm zum Weitermachen zusammen zu stellen.

Rundum-Wohlfühl-Paket enthält

- **1. SITZUNG:** Briefing & Anamnese (1 1/2h) nach den Kriterien der TCM zum Einstieg in die Detox-Woche in meiner Praxis in Wien
- **7 TAGE LANG:** E-Mail Betreuung mit Tipps, Übungen & Rezepten
- Einkaufshilfe vor Beginn der DETOX-Woche
- Meridiandehnungsprogramm
- **2. SITZUNG:** Shiatsu-Schröpf Behandlung à 50 min
- **3. SITZUNG:** Abschlußsitzung (1 1/2 h:wird mit der 2. Schröpf-Behandlung kombiniert) in meiner Praxis in Wien
- Bücherliste, Helferlein-Liste und Berge an Motivationsschüben

Paketpreis/Sonderpreis: EUR 220

Anmeldung: gabriella.erber@mobilehands.at
Gabriella Erber, Shiatsu-Praktikerin, www.mobilehands.at

nächste Möglichkeit: März - Juni 2017
(Anmeldungen werden ab sofort entgegengenommen)

ACHTUNG: Shiatsu ist eine alternative, komplementäre Behandlungsmethode, jedoch kein Ersatz für einen Arztbesuch oder eine medizinische Behandlung!

Das Programm ersetzt keine TCM Ernährungsberatung und dient lediglich als unterstützende Methode eines ganzheitlichen Behandlungskonzeptes!



Anmeldungen direkt unter gabriella.erber@mobilehands.at oder **0664/1553197**