

**Herzliche Einladung zur kleinen Auszeit
mit gemäßigtem Hildegard-Fasten
Dinkel – Gemüse - Obst
- die eigene Mitte finden, das Immunsystem stärken -
vom 11. bis 15. November 2019**

Gruppe 1 vormittags von 8.30 Uhr – 12.30 Uhr

- Morgenbesinnung und Bewegung z.B. Qi Gong
- Gemeinsames Frühstück
- Meditationen, Bewegung
- Impulse und Gesprächsrunde zu verschiedenen Texten aus dem Buch der Lebensverdienste von Hildegard von Bingen
- Gemeinsames Kochen und Mittagessen

Gruppe 2 abends von 18.30 Uhr – 21.30 Uhr

- Gemeinsames Kochen und Abendessen
- Meditationen, Bewegung
- Impulse und Gesprächsrunde zu verschiedenen Texten aus dem Buch der Lebensverdienste von Hildegard von Bingen

Anmeldung möglich bis 15.10.2019

Veranstaltungsort: Hof Wegwarte,
Oberbierbronnen 7, 79809 Weilheim
Tel: 07755/938370

Kosten: Kurs mit Kursunterlagen sowie Mahlzeiten und Getränken
pro Person Gruppe 1 85,00€ Gruppe 2 75,00€

Teilnehmerzahl pro Gruppe: bis 10 Personen

Für Fragen stehe ich gerne zur Verfügung: 07755/938370 oder post@hof-wegwarte.de

Ich freue mich auf eine anregende Woche mit Ihnen und Hildegard von Bingen.

Ihre Eliane Steinebrunner

Gesundheitsberaterin nach Hildegard von Bingen
Referentin der intern. Gesellschaft Hildegard von Bingen