

AROMA YOGA WORKSHOP
SA 16. März bis MO 18. März 2019



SAMSTAG 16. März 2019
um 17:00 Uhr

Vortrag: „Mit Kräutern und Ölen fit durch den Winter!“

Wir laden sie in diesem Vortrag zu einer kleinen Duftreise ein. Anschauliche Informationen durch Bildmaterial riechen, spüren und schmecken der einzelnen Kräuter und Öle (100% ätherische und fette Pflanzenöle) sollen ihre Sinne beflügeln. Weiteres stellen wir zum besseren Verständnis ein hochwertiges Pflanzenhydrolat her.

Vortrag Dauer: 60 Minuten
Eintrittspreis: 5 € pro Person

SONNTAG 17. März 2019

Aroma-Yoga-Einheit mit Yogalehrerin Alexandra
von 08:00 bis 09:30 Uhr

In dieser Yin & Yang Yogaeinheit mit Begleitung naturreiner ätherischen Ölen können Sie ihre Seele baumeln lassen und neue Energien tanken.

Um den Stress zu entfliehen, ist es notwendig abzuschalten! Duftreisen unterstützen sie dabei und fördern Gelassenheit, Entspannung und Lebensfreude!

Aroma-Yoga Dauer: 90 Minuten
Einzelpreis: 30 € pro Person

SONNTAG 17. März 2019

**Aroma-Workshop
von 16:00 bis 18:00 Uhr**

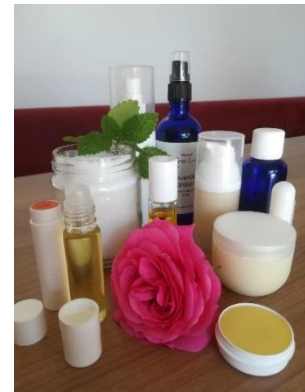
Gemeinsam stellen wir mit Ihnen an drei Stationen hochwertige Pflegeprodukte her.
4 Produkte ihrer Wahl sind im Preis enthalten.

Was wird hergestellt:

- Roll-On
- Körperspray (Abschmink- oder Feuchttücher-Spray)
- Raumspray
- Sprudel-Badepferlen
- Balsam
- Deluxe Badesalz
- Lippenpflegestift

Workshop Dauer: ca. 2 Stunden

Einzelpreis: 60,- € pro Person inklusive Material



Packagepreis: 82,- € pro Person

(inklusive Vortrag, Aroma-Yoga, Aroma-Workshop)

**Zwischen Samstag 16. März und Montag 18. März 2019
sind zusätzlich folgende Behandlungen buchbar:**

Rhythmisches Körperbalancing

Beim rhythmischen Körperbalancing werden sanfte, wohltuende Berührungen in Form von rhythmischen Streichungen durchgeführt.

Die Technik wird entweder an den Händen und Armen ODER an den Füßen und Waden ODER am Rücken – je nach Vorliebe des/der Klient/in – im bekleideten Zustand (nur der jeweilige Körperteil wird frei gemacht) durchgeführt. Naturreine Pflanzenöle unterstreichen die kräftigende, gesundheitsfördernde, erhaltende und aufbauende Wirkung. Energieblockaden lösen sich dabei und ein Gefühl tiefer körperlicher geistig- seelischer Entspannung bzw. innerer Harmonie wird hergestellt.

Behandlungsdauer: 30 Minuten - 39 € pro Person

Therapeutic Touch: (Therapeutic Touch – Berührung der Seele)

Durch sanfte Berührungen und wohlriechender Düfte wird das Wohlbefinden gesteigert. Es kommt zu einer Tiefenentspannung, die positiv auf Körper, Geist und Seele wirkt. Dysbalancen werden harmonisiert, Blockaden gelöst, Schmerzpotential stark reduziert und Demenz unterstützt.

Ein wichtiges Einsatzgebiet stellt TT, „VOR,WÄHREND und NACH“ einer Chemotherapie dar (dies wird durch zahlreiche Studien belegt)

Behandlungsdauer: ca. 50 Minuten - 55 € pro Person

**Auf ein duftendes Wochenende freuen sich die 3 Aromafreunde aus
Dölsach/Osttirol und Yogalehrerin Alexandra aus Nordtirol:**



Aroma-Praktikerinnen Ulli, Birgit und Doris



Yogalehrerin Alexandra – www.justmyyoga.at

**Zimmeranfragen mit Kennwort „Aroma Yoga Wochenende“
im Biohotel Grafenast unter Tel: 0043-(0)5242 63209 oder
sehnsucht@grafenast.at oder www.grafenast.at
erbeten.**

Die 3 diplomierten Aroma-Praktikerinnen:

Ulli Nußbaumer-Müller

- 54 Jahre, verheiratet, 4 Kinder, 1 Enkelkind
- Pflegeassistent
- Dipl. Aromapraktikerin
- Dipl. Therapeutic Touch Practitioner
- Hospiz

Mein Wirkungsbereich:

- Therapeutic Touch
- Rhythmisches Körperbalancing (sanfte Streichungen mit ausgewählten naturreinen äth. Ölen)
- Individuelle Beratungen u Mischungen für sie persönlich
- Aromaworkshop
- Aromaküche
- Hospiz



Guggenberger Birgit

- 48 Jahre verheiratet,
- Mutter von 3 Töchtern
- Dipl. Aromapraktikerin

Meine Aufgabenbereiche:

- Aromaberatung und individuell auf den Klienten abgestimmte Ölmischungen
- Raumbeduftung
- Rhythmisches Körperbalancing (sanfte Streichungen mit ausgewählten naturreinen ätherischen Ölen)
- Aromaworkshop



Doris Köck:

- 43 Jahre, verheiratet, Mutter von 3 Töchtern
- Dipl. Gesundheits- und Krankenpflegerin
- Dipl. Aromapraktikerin

Meine Aufgabenbereiche:

- Beratungen und Zusammenstellung von individuell, auf den Klienten abgestimmte Ölmischungen
- Rhythmisches Körperbalancing (sanfte Streichungen mit ausgewählten naturreinen ätherischen Ölen)
- Aromaworkshop

