

VORTRÄGE & WORKSHOPS

Informative Eindrücke und Präsentationen
der Partner des Netzwerks für Gesundheit

10:00 - 10:30

Workshop

Jin Shin Jyutsu - es liegt alles in meinen Händen

Prävention, Physio-Philosophie und mühelose Wirklichkeit, mir selbst zu helfen und die versteckte Kraft der eigenen Hände zu entdecken.

Christa Seibert, Praktikerin für Jin Shin Jyutsu

10:45 - 11:15

Workshop

Beckenboden - wie der Alltag zum Training werden kann

Die Körperbasis nachhaltig stärken und schützen durch gutes Bewegungsverhalten.

Irene Lang-Reeves, Heilpraktikerin

11:30 - 12:00

Vortrag

Symptom Rücken ist nicht gleich Ursache Rücken

Ein Blick über den Tellerrand in Bezug auf Prävention und Ursachen von Rückenbeschwerden.

Simon Rehm, Physiotherapeut, Manualtherapeut,
Sportwissenschaftler

12:15 - 12:45

Vortrag

Welche Lebensmittel halten uns fit & gesund?

Bestimmte Nahrungsmittel sind für unseren Körper und unsere Gesundheit besonders wertvoll - ein kurzer Überblick.

Kathrin Dücker, ganzheitlicher Ernährungscoach

13:00 - 13:30

Vortrag

Energie im Fluss

Makronährstoffe, Mikronährstoffe und Mitochondrien - wie der Alltag energiereicher werden kann.

Dr. med. Sophia Wachner, Internistin, funktionelle Medizin

13:45 - 14:15

Vortrag

Verspannungen und muskulär bedingten Schmerzen

Die Ursachen verstehen und mit naturheilkundlichen Methoden behandeln.

Dr. med. Erika Kirgis, Ärztin für Allgemeinmedizin, Schwerpunkt Akupunktur

14:30 - 15:00

Vortrag

Das ausgefüllte Familienleben

Wie Beziehungen innerhalb der Familien stabilisiert werden können, damit jedes Familienmitglied ein erfülltes Miteinander für sich wahrnehmen kann.

Christiane Hintzen, Heilpraktikerin für Psychotherapie

15:15 - 15:45

Workshop

Mentale Prävention für Zeiten der Krise

Gut gewappnet - warum die mentale Vorsorge für stürmische Lebensphasen so wichtig ist.

Anja Buntz, Coach (M.A.), Mentalcoaching

16:00 - 16:30

Workshop

Selbstheilungskräfte aktivieren

Energy works - mehrdimensionale Ansätze der Heilung. Durch Körper- und Energiearbeit in Fluss kommen.

Isabelle Hetschko, Massagetherapeutin, Fieldhealing Coach

16:45 - 17:15

Workshop

Heimische Heilpflanzen für die Winterzeit

Teemischungen, traditionelle Rezepturen und Rituale bei Kälte und Dunkelheit.

Alexia Ilgner, Heilpraktikerin

VERWÖHNPROGRAMM

Kosmetikbehandlungen und Massagen
zum Kennenlernen

Natürliches Gesichtslifting

30 Minuten

Ganzheitliche Gesichtslifting-Methode mit spezieller Fingertechnik-Massage für Mundwinkel und Kieferkonturen. Verhilft Ihrer Gesichtsmuskulatur und Haut zu ihrer ursprünglichen Spannkraft, Natürlichkeit und Frische. Inklusive Reinigung und Abschlusspflege mit den Produkten von Pharmos Natur.

Winter-Treatment

30 Minuten

Exklusive Gesichtsbildung mit Hautanalyse und Beratung für die kalte Jahreszeit. Es werden speziell auf Ihren Hauttyp abgestimmte, nährnde und ausgleichende Öle sowie weitere Pharmos Natur Green Luxury Produkte verwendet. Die Haut wird optimal auf den Winter vorbereitet und Sie erhalten wertvolle Pflegetipps für zu Hause.

Make-up Beratung und Schminktipp

25 Minuten

Lernen Sie, sich typgerecht zu schminken und Ihre Vorzüge zu betonen. Farbberatung, Tipps und Tricks von unserer Make-up Artistin. Mit den natürlichen und biologischen Produkten von Couleur Caramel aus Frankreich.

Kopf- und Gesichtsmassage

25 Minuten

Lässt neben Kopf- und Nackenbereich auch den restlichen Körper erholbar entspannen. Wertvolle Gesichtöle von Pharmos Natur pflegen und verwöhnen. Fördert die Durchblutung und harmonisiert. Sie fühlen sich im Anschluss frisch und ausgeruht.

Bitte reservieren Sie vorab Ihren Wunschtermin:

Telefon: 089 - 54 54 48 04

oder

E-Mail: info@tybas-beauty.de