

Sheng Zhen



Sheng Zhen – Naturerlebnisstage am Eisenbergerhof



Wir nutzen die ideale Umgebung des Eisenbergerhofs, um an schönen Kraftplätzen ganzheitliche, meditative Körperarbeit zu praktizieren, die uns auf sanfte aber kraftvolle Art mit der umgebenden Natur und gleichzeitig mit uns selbst verbindet. Die achtsame Klangarbeit von Ulrike Kirchpal wird uns zusätzlich darin unterstützen, die subtilen Energiekanäle vom und zum Herzen zu öffnen und zu stärken.

Während Elisabeth Kainz-Eisenberger mit ihrer leichten Sommerküche und ihren Mini-Kochworkshops für eine gesunde und energiegelade Ernährung während dieser beiden Tage sorgt.

Fernab vom Trubel des Alltags wollen wir allen Teilnehmenden an diesem hochsommerlichen Wochenende eine besondere Gelegenheit zu ganzheitlicher Erholung und Regeneration bieten.

Termin: 17. August (9:30 – 18:30) und 18. August 2019 (9:00 – 16:00)

Ort: Eisenbergerhof, Eisenbergerweg 45, 8045 Weinitzen

Leitung: Alida Rudlof (Sheng Zhen), Ulrike Kirchpal (Klangarbeit!) und
Elisabeth Kainz-Eisenberger (Koch-Workshops)

Anmeldung: alida@rudlof.at oder 0699-81 27 99 83

Kosten (inklusive 3 Mahlzeiten und Unterlagen) € 195,- bzw. € 185, (LeNa)

Infos auch unter: www.eisenbergerhof.at (Veranstaltungen) oder

www.shengzhen.at