



Ayurveda & mehr ...

Ayurveda und Ätherische Öle, die ideale Verbindung: Mithilfe eines ayurvedischen Lebensstils und der „Kraft der Natur“ Krankheiten vorbeugen, gesund und fit im Alltag sein und sich rundum wohlfühlen.

Kursprogramm

November

10.11.	Die kleine Reise in die Welt der Ätherischen Öle (Webinar)	Zeit: 19.00 bis 20.30 Uhr
12.11.	Ätherischen Öle - Follow up «Ölige (Weihnachts-)Geschenke» (Webinar)	Zeit: 19.00 bis 20.30 Uhr
13.11.	Ätherischen Öle - Follow up «Die Emotionen sind los» (Webinar)	Zeit: 19.00 bis 20.30 Uhr
16.11.	Die kleine Reise in die Welt der Ätherischen Öle (Webinar)	Zeit: 19.00 bis 20.30 Uhr
20.11.	Yoga & Ayurveda «Mini-Retreat» (Interaktives Webinar)	Zeit: 19.00 bis 21.00 Uhr

Dezember

04.12.	Ätherischen Öle - Follow up «Empower dein Immunsystem» (Webinar)	Zeit: 19.00 bis 20.30 Uhr
10.12.	Ayurveda Basics - Einführung, Infos, Definitionen, Tipps (Webinar)	Zeit: 19.00 bis 21.00 Uhr
18.12.	Die kleine Reise in die Welt der Ätherischen Öle (Webinar)	Zeit: 19.00 bis 20.30 Uhr

Januar 2021

tbc	Neujahrs-Detox – Entgiften und Entschlacken mit Ayurveda & Yoga
tbc	Ayurveda Basics - Einführung, Infos, Definitionen, Tipps
tbc	ZERO WASTE - DIY Geschenke
tbc	Ayurvedische Kräuter & Gewürze - Basics
tbc	Ayurveda für die Frau - Hormone und Frauengesundheit allgemein

Anmeldung und Fragen

Diana Goldschmid
 Ayurveda & Ätherische Öle
 diana.goldschmid@gmail.com
 +41 76 594 44 80
 www.yogasu.ch/ayurveda/
 www.mydoterra.com/goldschmid