

### **Buchungsbedingungen:**

Die Gebühr für das Tagesseminar beträgt € 90,-.

Die Anzahl der Teilnehmerinnen ist auf 6 Personen begrenzt.

Eine Anmeldung ist erforderlich und erfolgt in der Reihenfolge der Annahme.

Die Anmeldung erfolgt mit dem Eingang des Anmeldeabschnitts bei Beate Düvel.

Die Gebühr bitte in bar am Seminar- bzw. ersten Kurstag mitbringen.

### **Rücktritt:**

Bei Rücktritt von weniger als einer Woche vor Seminar- bzw. Kurstermin sowie bei Nichterscheinen wird die Gebühr in vollem Umfang fällig.

Sie können gerne eine Ersatzperson stellen.

Bei frühzeitigem Abbruch, aus welchem Grund auch immer, ist keine Rückerstattung möglich.

### **Haftung:**

Jede Teilnehmerin trägt selbst die Verantwortung für ihre Erfahrungen und Handlungen.



### **Kursleitung:**

#### **Beate Düvel**

- geboren 1963
- Yogalehrerin seit 1999
- Heilpraktikerin f. Psychotherapie
- HerzBewegungBewusstSein

### **Kursort:**

**Praxis Frau Dr. med. E. Hutter u.  
Frau Dr. med. A. Karhof  
P 7,22 (Planken)  
(Eingang zw. Thalia u. Grimminger)  
68161 Mannheim**

### **Anmeldung:**

**Beate Düvel  
Pfalzstr. 11, 68259 Mannheim  
Tel: 0621 / 799 244 5  
talkto@beateduevel.de  
www.beateduevel.de**



**Neu:**

## **Sanfter HormonYogaFlow**

*nach Beate Düvel*

*für eine natürliche Balance der weiblichen Hormone*

### **Tagesseminar**

**Sonntag, den 22. Januar 2017**

*oder*

**Sonntag, den 25. Juni 2017**

*oder*

**Sonntag, den 12. November 2017**

⇒ **auch für Yoga-Einsteigerinnen**

## Tagesseminar:

# Sanfter HormonYogaFlow

*für eine natürliche Balance der weiblichen Hormone und zur Verlangsamung des Alterungsprozesses*

- besonders in den Wechseljahren und als Vorbereitung darauf
- bei unregelmäßiger Menstruation
- bei Kinderwunsch
- oder einfach für Gesundheit, Vitalität, Geschmeidigkeit und Wohlbefinden

Sie lernen hier eine Sequenz mit sanften Übungen in Verbindung mit einer meditativen Atempraxis und Energielenkung.

Sie ist leicht zu erlernen und zu praktizieren.

### Der *Sanfte HormonYogaFlow*

- aktiviert die in uns vorhandene Lebensenergie
- verstärkt deren Aufnahme über den Atem und lenkt es zu den Organen, die für die Erzeugung weiblicher Hormone zuständig sind.
- und führt zu einem Anstieg des s.g. Reparatur-enzym *Telomerase* bei der Zellteilung, der zu einer Verlangsamung des Alterungsprozesses führt

Durch regelmäßiges Üben können sogenannte typisch-hormonbedingte Begleiterscheinungen, wie z.B. in den Wechseljahren verringert werden oder verabschieden sich sogar.

## Termine:

# Sanfter HormonYogaFlow

nach Beate Düvel

## Tagesseminar

**Sonntag, den 22. Januar 2017** oder  
**Sonntag, den 25. Juni 2017** oder  
**Sonntag, den 12. November 2017**  
jeweils von 10.00 – ca. 16.30 Uhr

**Ausgleich: € 90,-**

**incl. Seminarunterlagen**

*Auch für Yoga-Einsteigerinnen geeignet!  
Keine Altersbegrenzung!*

### Bitte mitbringen:

- dicke Decke oder Yogakissen (als Erhöhung)
- bewegungsfreundliche Kleidung u. Socken
- Schreibzeug
- Yogamatte oder andere Unterlage
- Getränke u. Snacks für den eigenen Bedarf
- Augenkissen, Schal oder Ähnliches  
Zum bedecken der Augen

Es empfiehlt sich während des Yogaseminars nur leichte Kost zu sich zu nehmen.

## Anmeldung:

Hiermit melde ich mich verbindlich an für das

### Tagesseminar:

#### **Sanfter HormonYogaFlow**

- am Sonntag, den 22. Januar 2017
- am Sonntag, den 25. Juni 2017
- am Sonntag, den 12. November 2017

Bitte den gewünschten Termin ankreuzen!

Name, Vorname: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ, Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

e-mail: \_\_\_\_\_

Ich habe die Buchungsbedingungen auf der Rückseite dieses Abschnitts zur Kenntnis genommen und bin damit einverstanden.

Mir ist bekannt, dass das Seminar bzw. der Kurs kein Ersatz für ärztliche, heilpraktische oder psychotherapeutische Behandlung ist..

Ich erkläre mich bereit, selbstverantwortlich mit mir und mit allen an dem Seminar beteiligten Menschen achtsam und diskret umzugehen.

Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_

**Bitte diesen Abschnitt abtrennen und ausgefüllt und unterschrieben an folgende Adresse senden:**

**Beate Düvel, Pfalzstr. 11, 68259 Mannheim**