

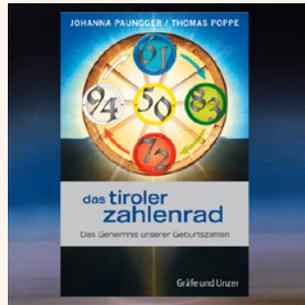


MONDWOCHE

Unter der persönlichen Leitung von **Johanna Paungger-Poppe** erfahren Sie in dieser Woche alles über die Einflüsse der Mondrhythmen im Alltag, aber auch über viele zeitlos gültige Naturgesetze und -rhythmen, die für gesundes Leben und erfolgreiche Alltagsbewältigung unentbehrlich sind. Johanna ist während der gesamten Woche für Sie da!

Sie vertiefen das Wissen um den **Alpha- & Omega-Typ** – eine Information von unschätzbarem Wert für die gesunde Ernährung. Bei Vorträgen und Gesprächen hören Sie viel Ermutigendes, um sich auf das Natürliche und Einfache zu besinnen.

Die alte Kunst der Fingerarbeit kommt wieder zu ihrem Recht, um Körper, Geist und Seele zu harmonisieren. Sie machen sich vertraut mit Mondgymnastik, Yoga-Übungen mit Tiefenentspannung, Meditation und vielem mehr.



Selbstverständlich kommt auch das Thema der neuen Bücher von uns zur Sprache: „**Das Tiroler Zahlenrad**“. Johanna wird sich allen Fragen widmen, die in diesem Zusammenhang auftauchen, und Hilfestellung leisten bei der Auswertung Ihrer persönlichen Zahlen.

Es fehlt auch nicht die Beratung, das Gespräch mit Johanna zu Themen Ihrer Wahl – was auch immer Sie bewegt. Sie können viel mit nach Hause nehmen und zur Grundlage einer gesünderen Lebensführung machen. Für viele Teilnehmer der bisherigen Mondwochen hat sich der Aufenthalt später als echter Wendepunkt zum Guten herausgestellt!

- 6 Übernachtungen inklusive aller Mahlzeiten
- Alpha/Omega-Ernährungstypberatung
- Eine bunte Vielfalt von Vorträgen und Gesprächen mit Johanna zu verschiedenen Themen
- Tägliche Mondgymnastik und Yoga-Übungen mit Tiefenentspannung

TERMINE

31.03. bis 06.04.2019 für Anfänger

06.10. bis 12.10.2019 für Fortgeschrittene

13.10. bis 19.10.2019 für Fortgeschrittene

Preis im Doppelzimmer Euro 1.050,00 pro Person

Preis im Einzelzimmer Euro 1.150,00 pro Person

inkl. Vollpension, Vorträge und Betreuung

zuzüglich Kurtaxe