



„Der Mensch ist zur Freude geboren. Ausdehnung von Glück ist  
Zweck der Schöpfung.“ Charak Samhita (800 v. Ch)

# Ayurveda Seminarreihe (1) für dich & deine Gesundheit

## Ein Hauptzweig im Ayurveda – Reinigung

- Die Geschichte des Ayurveda
- Mehr Freude, mehr Gesundheit durch Ayurveda
- Die grundlegenden Prinzipien im Ayurveda
- Wirkungsweise von Ayurveda Massagen
- Panchakarma, (Ayurveda Kur)
- Kleine Ayurveda Reinigungskur für zu Hause
- Ayurveda Literatur & Produkt-Empfehlung

Freitag 28.6.

11:00 – 18:00 Uhr



Raum Sonne: 111€, Mitglieder 55€

SeeOase Altbirnau e.V., Rengoldshauser Str. 51, 88662 Überlingen

[www.seeoase-altbirnau.de](http://www.seeoase-altbirnau.de)