



“Frühlingserwachen - Ach Du grüne Neune“

Nach einem langen, kalten Winter freut sich unser Körper mit all seinen Sinnen auf das frische Grün, die ersten Frühlingsboten der Natur. In der Umgebung von Tilli's Hof, einem liebevoll restaurierten Vierseithof, können Sie mit **Meditation- und Entspannungsübungen abschalten**, bei **Kräuterwanderungen auftanken**. Das Grün der Blätter und Kräuter steckt **voller Energie**. Nutzen Sie die **Kraft** der Wildpflanzen und Bäume zur **Aktivierung** Ihres Stoffwechsels. Vertreiben Sie mit **grünen Smoothies** und selbstgemachtem **Wildkräuter Pesto** die Frühjahrsmüdigkeit. Sie erfahren Wissenswertes **über Blutreinigung** und **Stoffwechsel** und genießen das gesunde Essen. Nach diesem **Regenerations-Reinigungs-**Wochenende fühlen Sie sich wie **von innen frisch geputzt**. Genau richtig zur Vorbereitung auf die Karwoche und das bevorstehende **Osterfest**.

Termin:

Freitag, den 03.04. ab 16.00 Uhr bis Sonntag, 05.04.2020 Ende 14.00 Uhr

Programm:

Freitag

- Anreise bis 16 Uhr und Empfang in der Stube mit Kaffee und Kuchen
- 17.00 bis 18.00 Seminarraum Einführung in das Seminar
- 18.00 bis 20.00 Abendessen
- 20.30 bis 21.30 Seminarraum - Phantasiereise „zum Brunnen der Gesundheit“

Samstag

- 07.30 bis 08.00 Wach werden mit Tautreten auf der Wiese, Atemübungen
- 08.00 bis 09.00 Vitalfrühstück und Smoothie
- 09.30 bis 11.30 Kräuterwanderung mit Constantin Riedl
- 12.00 bis 13.30 Mittagessen unserer traditionellen 9-Kräutersuppe
- 14.00 bis 15.30 Vortrag: frisches Blut durch reinigende Kräuter - Reinhold Talkner
- 15.30 Tee-Pause und Zeit für dich
- 18.00 Abendessen
- 20.30 bis 21.30 Seminarraum Ausklang mit Entspannung

Sonntag

- 07.30 bis 08.00 Atemübungen zur Entgiftung
- 08.00 bis 09.00 Vitalfrühstück
- 09.30 bis 11.30 Kräuter sammeln und Pesto machen - Constantin Riedl, Reinhold Talkner
- 12.00 bis 13.00 - Reinholds Alchemistenküche - Mittagessen
- 13.15. bis 14.00 Seminarabschluss Feedback und Tipps für zuhause

Buchung & Preise

2 Übernachtungen mit Vollpension, Seminargebühr, Wasser, Kaffeepausen
im EZ: € 340,00 pro Person
im DZ: € 295,00 pro Person
im MBZ: € 275,00 pro Person

Für Fragen und Buchungen wenden Sie sich bitte an Marie-Luise Freimuth unter Telefon: 09927-9 50 74 70 oder E-Mail: info@tillishof.de.