

## Luna Yoga & Wilde Kräuter Sommerseminar

19. bis 22. August

Drei volle Tage im Tollense Lebenspark in der Natur. Mit Luna Yoga am Morgen wecken wir den Tag und uns selbst auf. Den Abend lassen wir mit Luna Yoga Übungen aus- klingen und Erfahrenes sich setzen. Susanne Gleichmann leitet Luna Yoga an - bei schönem Wetter unter blauem Himmel.

Am Tage spüren wir Wildpflanzen auf und lassen sie auf uns wirken. Einige werden wir behutsam ernten und mit Ihnen kleine Köstlichkeiten zubereiten. Eleonore Gliewe zeigt wie es geht und vermittelt Wissen und Geschichten über die grünen Wilden.



### Luna Yoga mit Susanne Gleichmann

Luna Yoga fördert die Fruchtbarkeit und Kreativität, lässt lebendig und wandelbar durchs Leben schreiten, macht Freude. Luna Yoga wurde von Adelheid Ohlig entwickelt. Spür- und Atemübungen, Meditationen, Tänze und Entspannungen sind so gestaltet, dass sie Frauen wohl tun und die inneren

Rhythmen harmonisieren.

Herzlich eingeladen sind Frauen, die Lust haben in schöner Natur mit Luna Yoga ihrem inneren Wesen zu lauschen, die Verbundenheit zu allem zu erspüren, die innere Freude zu entdecken und zu leben. Als Biologin und Luna Yoga Lehrerin verbinde ich in meiner Arbeit Natur und Yoga. Bei schönem Wetter werden wir viel draußen üben.



### Das Grüne Wilde Wunder mit Eleonore Gliewe

Wildpflanzen sind die Ahnen aller Kulturpflanzen. Sie begleiten uns seit Urzeiten nahezu unverändert mit ihrer außerordentlich großen Vielfalt, Fülle und Schönheit. Sie sind in ihrer Beschaffenheit und dem Zusammenspiel von inneren Komponenten und kosmischen Einflüssen in Hinsicht auf den ganzen Menschen so weise und synergetisch angelegt, dass es, so glaube ich, kein besseres Konzept für eine ganzheitliche Ernährung gibt.

Sie stellen uns Nahrung und Medizin für Körper, Seele und Geist zur Verfügung. Ich schätze sie sehr, fühle mich Ihnen verbunden und empfinde große Dankbarkeit für ihr hier Sein. In meiner Arbeit geht es mir darum, der Achtsamkeit Wildpflanzen gegenüber und dem Bewusstsein von Nahrung als Medizin wieder mehr Raum zu geben.

**Termin:** Donnerstag 19.08. 17.00 Uhr bis  
Sonntag 22.08. 13.00 Uhr

**Kosten:** 250.- €  
220,- € Frühbucherrabatt bis zum 20.07.10  
zuzügl. jeweils Unterkunft und Verpflegung

**Information:** Eleonore Gliewe,  
Tel. 033454 49783 Mail. [info@wildkraeuter-catering.de](mailto:info@wildkraeuter-catering.de)

**Anmeldung:** Die Anmeldung ist verbindlich durch Überweisung der Seminar-

gebühren bis spätestens 04.08.10 auf das Konto:

Eleonore Schrank

Berliner Sparkasse

BLZ 100 500 00

Kto 280 4469 339

---