



Programm – Machtlfinger Impuls Tage März 2025

Freitag, 21.03.2025

ab 16 Uhr **Sowa Rigpa das Wissen vom Heilen – Teil1: Warum werden wir krank?**
Traditionelle Tibetische Medizin ist so wertvoll und gleichzeitig so unscheinbar.
Vortrag von HP Katharina Ortner, Dauer 2 Stunden

Samstag, 22.03.2025

ab 16 Uhr **Das Energie Geheimnis der Tibeter** – Warum fühle ich mich im Frühling so schlapp und oft krank? Wir können selbst mehr zu unserer körperlichen und geistigen Gesundheit beitragen als wir oft glauben.
Vortrag von HP Katharina Ortner, Dauer 2 Stunden

Montag, 24.03.2025

ab 16 Uhr **Sowa Rigpa das Wissen vom Heilen – Teil 2: Innere Reinigung** – Traditionelle Tibetische Medizin ist so wertvoll und gleichzeitig so unscheinbar.
Workshop, Vortrag von HP Katharina Ortner, Dauer 2 Stunden

Dienstag, 25.03.2025

ab 16 Uhr **Verspannungen und Schmerzen lösen** – mit meinen Kolleginnen der Naturheilkunst Sendling erfahren, wie wir wieder in die Entspannung kommen können.
Workshop mit HP Ritmo Elke Währisch, Carolin Heezen und Katharina Ortner
Dauer 4 Stunden mit Pause

Mittwoch, 26.03.2025

ab 16 Uhr **Gleichgewicht. Leben.** – Abnehmen im Gleichgewicht mit Dir und den Elementen – Gemeinsam das Wohlfühlgewicht finden. Mit Freude, Achtsamkeit und Herz.
Kursvorstellung von HP Katharina Ortner, Dauer 2 Stunden

Donnerstag, 27.03.2025

ab 16 Uhr **Sowa Rigpa das Wissen vom Heilen – Teil 3:** Traditionelle Tibetische manuelle Behandlungen zum kennenlernen und erleben.
Workshop, Vortrag von HP Katharina Ortner, Dauer 2 Stunden

བསྐྱེད་ལྗོན་ལྟོགས།

TASHI DELEK – Möge es Dir Wohl ergehen!

