



Jetzt als exklusiver  
**Onlinekurs**  
21.-22.11.20



Daniela Herzberg



Stella Danker

## Workshop & zert. Ethno Health TCM-Aufbaukurs

### Gesund & Fit zum Wunschgewicht

- Mit der Weisheit der Chinesen zu dauerhafter Leichtigkeit -

Mit zahlreichen Tipps und Tricks aus der chinesischen Medizin für mehr Vitalität & Wohlbefinden

Daniela Herzberg (5-Elemente-Ernährungsberaterin, Buchautorin, Coach und Mitglied im Ethno Health-Expertenteam)

Stella Danker (Inh. ASA, Ethno-Kinesiologin, Systemtherapeutin, HSP-Coach, SeelenPROzessbegleiterin, Moderatorin)

#### Anmeldungen / Informationen:

Akademie Stella Auxilium, Stella Danker, Tel. +49-(0)5723-7082030, [stella@stella-auxilium.de](mailto:stella@stella-auxilium.de)



# Workshop & zert. Ethno Health TCM-Aufbaukurs

## Gesund & Fit zum Wunschgewicht!

### - Mit der Weisheit der Chinesen zu dauerhafter Leichtigkeit -

Aus Sicht der alten Chinesen ist die Nahrungsaufnahme neben der Atmung die wichtigste Energiequelle des Menschen. Um unsere angeborene Lebensenergie optimal zu erhalten und zu ergänzen ist es also ganz entscheidend, WAS wir essen.

Dieser Kurs liefert die fundierte Einführung in die überlieferte chinesische Philosophie der 5-Elemente, mit der wir die Möglichkeit haben, jeden Menschen ganz individuell zu erfassen. So widmen wir uns außerdem der 5-Elemente-Ernährung, unter deren Beachtung wir körperliche, emotionale und seelische Ungleichgewichte ausgleichen können.

Dabei wird schnell deutlich, dass diese Art der Ernährung also keine Diät darstellt, die nur in bestimmten Situationen angewendet wird. Vielmehr geht es nachhaltig darum, ein tieferes Verständnis für die Wirkung unseres „täglichen Brotes“ auf unseren Organismus zu entwickeln. Was bekommt uns, was nicht und warum ist das so? Wenn wir lernen die grundsätzlichen Regeln bewusst in unseren Alltag zu integrieren, fühlen wir uns dauerhaft gesund & vital und gelangen spielerisch zum persönlichen Wohlfühlgewicht.



**Daniela Herzberg** und **Stella Danker** vermitteln aus ihrem gemeinsamen rund 100jährigem Erfahrungsschatz in diesem Kurs anschaulich die Basis der 5-Elemente-Lehre und erläutern, wie wir mit Hilfe der 5-Elemente-Ernährung und einem gezielten Mind-Set zum persönlichen Wohlfühlgewicht finden können. Darüber hinaus werden die Grundlagen der Chinesischen Medizin und die jahrhundertealten original TCM-Rezepturen von Ethno Health erläutert.



Als Anpassung an die sich ständig verändernde Corona-Situation bieten wir den Workshop nun exklusiv als Onlinekurs über die kostenlose Onlineplattform Zoom an. Vorteil: Wir halten aktuelle Hygienestandards optimal ein. Zudem kann so das Seminar zuverlässig und unbeeinträchtigt stattfinden. Außerdem entfällt zusätzlicher Zeitaufwand für die persönliche An- und Abreise und die damit verbundenen (Übernachtungs-) Kosten.

### Wann

21. + 22.11.20, 10 - 17 Uhr (inkl. Pausen)

### Wo

Via Zoom-Meeting ganz bequem online wo immer du möchtest, dich wohlfühlst und eine stabile Internetverbindung hast - bei dir daheim mit Kuscheldecke auf der Couch, am Schreibtisch, im Wohnwagen...

### Teilnehmer\*innen

Die Anzahl der Teilnehmer\*innen ist begrenzt, um weiterhin ein intensives Lernen und den persönlichen Austausch zu gewährleisten.

### Investition

Zum attraktiven Onlinepreis von 290€ (inkl. exklusiver Online-Goodies, optionaler Calm-Down-Abendbegegnung am Samstag und Zertifizierung)

### Vorkenntnisse

Das Seminar richtet sich an alle Interessierten ohne besondere Vorkenntnisse.

### Zertifizierung

Dieser Kurs ist als Ethno Health-Aufbaukurs anerkannt und zählt zur Ethno Health Coach-Qualifizierung.

Jetzt als exklusiver  
**Onlinekurs!**

## Anmeldungen / Informationen:

Akademie Stella Auxilium, Stella Danker, Tel. +49-(0)5723-7082030, [stella@stella-auxilium.de](mailto:stella@stella-auxilium.de)

