



ANNE LOHMANN bewusst sein mit Pflanzen

Heilpraktikerin
Tannenweg 35a · 50374 Erftstadt-Liblar
Tel: 02235-98823-35 Fax: 02235-98823-53
www.annelohmann.com
info@annelohmann.com

bewusst sein mit Pflanzen Tagesseminar **ESS KULTUR PUR Einführungstag mit Heilpraktikerin und ESS KULTUR PUR Trainerin Anne Lohmann**
9:30 – 18 Uhr | Erftstadt

ESS KULTUR PUR Einführungstag: Thema und Ziele

In diesem Seminar haben Sie die Möglichkeit zu einem echten Neubeginn in Sachen Ernährung. An EINEM Tag werden Sie das Grundprinzip der Lebensmittelharmonie - live und persönlich betreut - umfassend kennenzulernen und verstehen. Vor allem aber wird die Lebensmittelharmonie für Sie übersetzbar auf Ihre ganz persönlichen Gewohnheiten und Vorlieben.

Sie bilanzieren zunächst Ihr eigenes Gesundheits- und Gewichtsprofil. Sie definieren unter Anleitung realistische Ziele für Ihre Vitalitäts- und bei Bedarf auch Figuroptimierung. Dann erlernen Sie die einfachen Grundregeln einer harmonischen Lebensmittel-Kombination. Und Sie gehen sofort in die praktische Anwendung und Umsetzung. Einen Teil der Hauptmahlzeiten bereiten wir gemeinsam zu, so dass Sie vor Ort schon erleben, wie's schmeckt, wie einfach es geht und wie die Lebensmittelharmonie auf Sie persönlich wirkt und sich für Sie anfühlt.

Sie erhalten Antworten auf Ihre wichtigsten Fragen rund um die Tücken konventioneller Ernährung, wie Heißhunger, Umgang mit Zucker, Grundwissen über Fette und über die „guten Kohlenhydrate“ und über die Möglichkeiten für „Genuss ohne Reue“. Eine Anleitung für die individuelle Vorratshaushaltung und Mahlzeitenplanung gehört natürlich auch dazu.

Ihre neue Struktur ist bei Bedarf familientauglich und in jedem Fall alltagsnah. Zum Seminar gehört ein aussagefähiges Skript, sowie weitere praktische Übersichten und Unterlagen, die Ihnen daheim die Umsetzung und Anwendung der Lebensmittelharmonie leicht machen.



anne lohmann

ist Heilpraktikerin und hilft Menschen seit 20 Jahren, ihre Verbindung mit Pflanzen und ihre Verbindung mit sich selbst wiederzufinden.

In Einzelarbeit in ihrer Naturheilpraxis, in Seminaren, Veröffentlichungen und Vorträgen.

Und mit dem Einsatz ihrer ganzen Person.

Die Grundlage – ESS KULTUR PUR, das Konzept zur Lebensmittelharmonie

Das ESS KULTUR PUR Konzept zur Lebensmittelharmonie ist erprobt und gereift in 20 Jahren ernährungsberatender und naturheilkundlicher Tätigkeit. Es beantwortet die Fragen:

Was passt in einer Mahlzeit zueinander? und Was passt zu mir?

Die Umsetzung dieser beiden Fragen in den Alltag ermöglicht es, das persönlich mögliche Maximum an Gesundheit, Regeneration und Vitalität zu realisieren – einfach durch's Essen.

Die Zauberformel für ESS KULTUR PUR heisst ORDNEN, STATT WEGLASSEN.

Damit ist das Konzept DIE Antwort für all die Menschen, die sich nach gesünderer Ernährung sehnen, sich aber dauerhaft nicht einseitig für eines der modernen und bekanntermaßen gesunden Ernährungssysteme entscheiden können oder wollen (wie z.B. vegan, rohköstlich, Saftkuren, Smoothie-Kuren, Basen-Fasten usw. ...). Mehr Informationen zur Lebensmittelharmonie unter www.annelohmann.com.



ANNE LOHMANN **bewusst sein mit Pflanzen**

Heilpraktikerin

Tannenweg 35a · 50374 Erftstadt-Liblar

Tel: 02235-98823-35 Fax: 02235-98823-53

www.annelohmann.com

info@annelohmann.com

bewusst sein mit Pflanzen **ESS KULTUR PUR Einführungstag**
Tagesseminar mit Heilpraktikerin und ESS KULTUR PUR -Trainerin Anne Lohmann
Seite 2

Für wen?

Für alle Menschen zwischen 8 und 88 Jahren, die sich klar darüber geworden sind, dass sie in der täglichen Gestaltung ihrer Ernährung noch „Potential“ haben! Für alle, die mit ihrem Körper zusammen arbeiten wollen (und nicht an ihm vorbei oder gegen ihn). Für alle, die sich selbst Gesundheits-, Vitalitäts- oder Gewichtsziele gesetzt haben, und die sich auf dem Weg zum Ziel professionell begleiten lassen wollen.

Lust auf mehr
ESS KULTUR PUR?

Einfach zum Newsletter
anmelden unter

www.annelohmann.com

Arbeitsweise

Die Gesamt-Teilnehmerzahl umfasst maximal 12 Personen. Die Seminarstruktur wechselt zwischen Input- und Austausch- und Praxisphasen.

Ausschluss

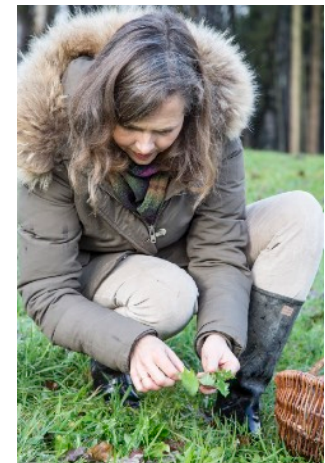
Dieses Seminar, wie auch das Erlernen des Ess-Kultur-Pur Prinzips überhaupt, ersetzt keine ganzheitlich angelegte medizinische und/oder naturheilkundliche Therapie. Voraussetzung ist - wie bei Seminaren üblich - eine normale psychische und physische Belastbarkeit und eine Eigenverantwortlichkeit im Umgang mit den bearbeiteten Themen und den verwendeten Lebensmitteln.

Buchung

Die Buchung erfolgt auf der website www.annelohmann.com und von dort über das Buchungssystem xing-events.com. Mit der Bestätigungsnachricht ist die Buchung für beide Seiten verbindlich.

Ausfall

Bei zu geringer Teilnehmerzahl – in der Regel unter vier Personen – wird die Veranstaltung abgesagt. In diesem unwahrscheinlichen Fall werden bereits bezahlte Gebühren voll zurück erstattet. Weitere Ansprüche gegenüber der Veranstalterin bestehen nicht. Eine Reiserücktrittskostenversicherung ist ggf. empfehlenswert.



Stornierung

Eine Stornierung ist bis 14 Tage vor Beginn der Veranstaltung kostenfrei möglich. Danach ist die volle Gebühr fällig. Es ist möglich, eine Ersatzperson zu stellen, die Ihren Platz im Seminar übernimmt und den gleichen Preis zahlt. In diesem Fall wird der erstbuchenden Person die volle Gebühr erstattet.

Einführungstag Termine
in 2018:

Veranstaltungsort Tannenweg 35 a | 50374 Erftstadt

Do, 12. April 2018

Uhrzeit u. Termine 9.30 – 18.00 Uhr
Terminoptionen in 2018 siehe Auflistung rechts.

Sa, 9. Juni 2018

So, 8. Juli 2018

Einführungspreis 2018 150,00 Euro plus MwSt.

Sa, 25. August 2018

Veranstalterin ANNE LOHMANN **bewusst sein mit Pflanzen**
Heilpraktikerin * Ess Kultur Pur Trainerin * Salutogenese
Mehr zur Person siehe unter www.annelohmann.com

Do, 4. Oktober 2018

Fr., 7. Dezember 2018

Copyright © 2018 Zentrum für schöpferische Heilkunst - Anne Lohmann