

ALMDORF
Seinerzeit

SELF CARE TAGE



HEMMA

Selfcare Essentials

HEMMA MARENZI ZU GAST IM ALMDORF

Hemma ist Visionärin und Mentorin für persönliche Weiterentwicklung und moderne Spiritualität.

Willkommen in einer Welt, in der du und dein Wohlbefinden an erster Stelle stehen. Sie begleitet Menschen auf ihrem individuellen Weg zurück in ihre Kraft und in ihre Mitte.



SELF CARE ZEIT IM SEINERZEIT

- am 11. & 12. April 2024
- im Festsaal
- Start jeweils um 16:00 Uhr
- eine Kakao Zeremonie & Psychedelic Breathwork
- Dauer jeweils 90 Minuten
- 15 % Rabatt auf zwei Nächte für Teilnehmer des Self Care Retreats

SELF CARE TAGE



HEMMA

Selfcare Essentials

KAKAO ZEREMONIEN

AM 11.04.2024 UM 16:00 UHR

In dieser Zeremonie wird Kakao getrunken, um einen Moment der Ruhe und Stille zu etablieren und sich mit dem Herz zu verbinden. Dieser Gefühlszustand kann mit einer Meditation, Reflektion, kreativen Aktivitäten wie Journaling oder spirituelle Praktiken verstärkt werden.



PSYCHEDELIC BREATHWORK

AM 12.04.2024 UM 16:00 UHR

Lerne die Wirkung des bewussten Atmens kennen. Erkunde einen außergewöhnlichen Bewusstseinszustand, bei dem sich eine noch nie erlebte Form der Stille und Glückseligkeit in dir ausbreiten kann.