



mit Philip Kunisch & Danielle Gernandt

Ein gesunder Geist lebt (nur) in einem gesunden Körper!

Der Körper, Dein Tempel, der aktuelle Wohnort Deiner Seele. Seit Deiner Konzeption arbeitet diese wundervolle hochintelligente Maschine pausenlos dafür, dass es Dir gut geht. Ist es nicht an der Zeit, ihm einmal gebührend dafür zu danken? =)

Die wenigsten Menschen sind sich darüber im Klaren, wie wundervoll sich die Erfahrung des Mensch-Seins wirklich anfühlen kann. Ein gesunder Körper, in dem eine erwachte Seele lebt, produziert so viele Glückshormone, dass Du gar nicht mehr hinterher kommst, Deine Freude zu genießen und weiter zu verschenken.

Es ist so wichtig, dass wir den Körper unterstützen, gerade in dieser aktuellen Zeit, in der mehr künstliche als natürliche Stoffe im Umlauf sind. Hinzu kommt der Aufstiegsprozess der Erde, die energetische Anhebung der Frequenzen, die den Körper ständig zusätzlich herausfordern und ihn förmlich dazu zwingen, zu entgiften, sich frei und durchlässig zu machen, damit die höheren Frequenzen auch integriert werden können.

In unserem 5-tägigen Yoga-Detox-Wellness-Retreat wollen wir uns mit viel Liebe und Achtsamkeit der Reinigung und Gesunderhaltung unseres wundervollen

Körpers widmen.

Das heißt, wir verwöhnen ihn zum einen mit lebendiger, lichtvoller Nahrung, die wir zum Teil direkt vor Ort in Form von frischen Wildkräutern aus dem Garten pflücken. Zum anderen unterstützen wir die Entgiftung des Körpers in einer ausbalancierten Mischung aus Yoga, Bewegung und Entspannung. Im natürlichen Rhythmus des Lebens, dem Ein- und Ausatmen, dem Yin- und Yang.

Die grünen Wildkräuter-Smoothies reinigen den Darm, die Leber und das Blut, während die bewusste Bewegung hilft, die gelösten Rückstände nach draußen zu befördern. Atemübungen, Saunagänge und Massagen runden den ganzen Prozess ab und tragen zusätzlich zum Ausleiten von Toxinen und Schlacken bei. Selbstverständlich werden wir auch gemeinsam meditieren und einfach nur sein, um die Seele noch tiefer in Deinem wundervollen Körper zu verankern.

Wir freuen uns auf Dich!

Herzlich,
Danielle & Philip

Seminarleitung:

Danielle Gernandt:



Als Seelen-Coach, Channelmedium und Yogalehrerin trägt Danielle ihr Licht und ihre Liebe in die Welt und entzückt und bereichert viele Menschen mit ihrer wundervollen Arbeit hin zu einem Leben in mehr Freiheit, Fülle und Leichtigkeit.

Philip Kunisch:



Voller Passion teilt Philip seine Freude und sein Wissen über Natur & Spiritualität mit seinen Mitmenschen. Ob als spiritueller Coach, Kräuterexperte oder als Meditationslehrer, Philip liebt es anderen dabei zu helfen, ein glücklicheres und lichtvolleres Leben zu führen.

Veranstaltungsort:

Untergebracht sind wir im wunderschönen [Seminarhaus Mahra](#) im kleinen Örtchen Rahden, etwa 100 km westlich von Hannover. Wir sind mitten im Grünen mit weiten Feldern und kleinen Förstchen ringsherum. Das Haus verfügt über eine Sauna, die wir für unsere Detox-Kur bestens verwenden können.

Es gibt **vegan/vegetarische Bio-Vollwert-Kost mit frischen Kräutern & Blüten**, die nicht nur den Magen, sondern auch die Seele verwöhnen.



Folgende Preise gelten für das Seminarzentrum Marah (pro Nacht und Person mit Vollpension (3 vegetarische Mahlzeiten in Bioqualität), inkl. Sauna):

Einzelzimmer mit Bad (Komfort)	115 €
Einzelzimmer mit Bad	110 €
Einzelzimmer ohne Bad	105 €
Doppelzimmer mit Bad	100 €
Doppelzimmer ohne Bad	90 €
Mehrbettzimmer (4-5 Personen)	85 €
Schlafraum (8 Personen)	65 €
Wohnmobil/Camper	75 €
Zelt	65 €

In den Mehrbettzimmern sind keine Bettwäsche & Handtücher vorhanden. Diese können für 10 € ausgeliehen werden. EZ und DZ sind mit Handtüchern und Bettwäsche ausgestattet.

Programm & Inhalt:

- Yoga
- Breathwork/Atemübungen
- Massagen
- Saunieren
- Wildkräuterführungen & -zubereitung
- Gesundheitsvorträge
- Meditationen
- Chanten

Teilnahme & Anmeldung:

Die Teilnahmegebühr am Seminar beträgt 420 € zzgl. Unterkunft & Verpflegung.

SPECIAL ANGEBOT BIS 10.04.!

- Melde Dich bis zum Ostermontag an und zahle nur 360 € Teilnahmegebühr!
- Kommt zu zweit und zahlt zusammen 700 statt 840 €!

Sende Deine Anmeldeanfrage bitte per Email an folgende Adresse:
anmeldung@mehrgesundheit.org

Alle weiteren Infos erhältst Du nach Deiner Anmeldung per Email von uns. Wenn Du Fragen hast, zögere nicht Dich bei Danielle (info@danielle-gerandt.de) oder bei Philip (philip@mehrgesundheit.org) zu melden.

Wir freuen uns auf eine einzigartige und wundervolle Zeit mit Dir!

Von Herz zu Herz,
Danielle & Philip

