

# Schilddrüsen & Nebennieren Zuwendung

2 Tage Seminar

CH - **Zürich** Sa bis So 30.9. / 1.10. 2023

D - **Bamberg** Sa bis So 4. / 5. 11. 2023

Erfahre wie  
Psyche Nerven Hormon  
Immun- und Lymphsystem zusammenspielen

Seminarleitung



Ines Rieger



Vera Ködderitzsch



Auf eine BEGEGNUNG mit dir freuen wir  
uns von Herzen

## Inhalt:

- Lerne Wissenswertes über deinen Hormonhaushalt und wie du ihn selbst regulieren kannst
- Schilddrüsen Ultraschall mit Befund und Einstufung deiner Schilddrüsen Situation
- Wie du mutig die Sicht auf dein Schilddrüsen Thema erweitern und verändern kannst
- Neuroimagination®
- Pulsation - Körperaktivierung
- Steuern dein Stressniveau und entspanne dein Nervensystem
- Wie du deine Resilienz aufbaust und Selbstwirksam dein Leben gestaltest
- Vitalstoffe und Bioidentische Hormonunterstützung
- Stärke dein Immunsystem
- Es erwarten dich viele praktische Übungen und Tools, um mehr Sicherheit im Umgang mit deiner Schilddrüse und Nebennieren zu erlangen
- Bringe dein Lymphsystem zum Fließen
- Atem, Stimme und Klang zum Ausdruck bringen
- Schilddrüse Massage
- Nebennierenmassage
- Ätherische Öle
- Osteopathische Ausrichtung Halswirbelsäule - Atlas
- Sei kreativ und künstlerisch beim Malen deiner Schilddrüse
- Es befähigt dich, deinen Körper, deinen Geist und deine Seele in Einklang zu bringen

## Gastdozenten:

- |                     |                          |
|---------------------|--------------------------|
| • Gil Monroy:       | Neuroimagination®        |
| • Magdalena Gruber: | Bewegung und Vitalstoffe |
| • Dirk Petersen:    | Osteopathie HWS - Atlas  |
| • Elle von Riding:  | Kunst - Maltherapie      |

Preis: 480.- Fr. / Euro

### CH - Zürich

*Sa bis So 30.9. / 1. 10. 2023*

Weberstrasse 5

8004 Zürich

Zeit: 9:30 - 17:30

### D - Bamberg

*Sa bis So 4. / 5. 11. 2023*

Markusstrasse 5

96047 Bamberg

Zeit: 9:30 - 17:30

Anmeldung unter:

+ 41 78 755 52 61 / vera@stressreset.ch  
+ 49 15175069448 / post@inesrieger.de

bei Fragen kontaktiere uns gerne