

# Verdana Körperbewusstseinstaining im Mühlviertel in der LebensMeisterei

vom 17. Juni bis 21. Juni 2024



**Susanne Loibl**  
Naturheiltherapeutin

## Urlaub für Körper und Seele

Verdana Körperbewusstseinstaining hilft durch die Kraft der Tiefenmuskulatur die Wirbelsäule nachhaltig aufzurichten, verleiht Geschmeidigkeit, Halt und Anmut und lässt das Leben leichter werden.

Das Körpertraining energetisiert, hebt die gute Laune und schenkt vermehrte Ausstrahlung.

Es gibt jeden Tag in dieser Woche einen anderen Fokus von Beckenboden über Rücken zu den Füßen, zum Kopf bis zu den Augen. Alles wird bedacht und auf eure individuellen Bedürfnisse abgestimmt.

Im Anschluss besteht die Möglichkeit für ein persönliches Individualtraining bzw. Bowtech®-Anwendungen.

Gerne teile ich mit euch meine langjährigen Erfahrungen als Naturheiltherapeutin und Instruktorin der Körpertrainingsmethode nach Cantieni. Mehrfache Ausbildungen in Kinesiologie, Naturheilweisen und Bowtech® ergänzen meine Anwendungsgebiete.

Ganz nach meinem Motto

„Geht ´s der Seele gut, fühlt sich der Mensch wohl und der Körper kann sich entfalten.“

Freu ich mich auf diese besondere Woche mit Euch!



## Mühlviertelwoche 2024

im Vereinshaus der LebensMeisterei

### Vormittagskurs

Montag bis Freitag von 9 bis 11 Uhr

### Abendkurs

Montag bis Freitag von 19 bis 21 Uhr

Montag Beckenbodentraining

Dienstag Rückenprogramm

Mittwoch Füße Beinachsen Becken

Donnerstag Augentraining

Freitag Vernetzung von Fuß bis Kopf

Matten fürs Training werden bereitgestellt

Kosten: € 250,- pro Kurs

Fürs Vereinshaus € 25,-

**Anmeldung per E-Mail: [office@verdana.at](mailto:office@verdana.at)**

## LebensMeisterei Vereinshaus



Es gibt die Möglichkeit in diesem Selbstversorgerhaus in einem 3 und 4 Schlafzimmer zu übernachten

Übernachtung 20,- € pro Nacht

Seminarraum, große Wiese und Küche stehen uns jeweils vormittags und nachmittags zur Verfügung



Verein Lebensmeisterei  
Mühlviertel  
Habruck 26  
4204 Reichenau

  
**Verdana**  
Gesundheitspraxis

## Susanne Loibl

Hofwiese 10

4644 Scharnstein

+43 650 7246331

**[office@verdana.at](mailto:office@verdana.at)**