



DETOX-Zeit-Räume für Körper- Geist & Seele **Ganzheitliches DETOXen -leicht gemacht**

Wie wäre es einfach mal mit einem kleinen, einfachen Detox-Programm, um das **Körpersystem von Giftstoffen und Schlackestoffen zu befreien, den Geist von negativen Gedankenmustern zu „erlösen“ und unserer Seele mehr Leichtigkeit, Freiheit und Frieden zu verschaffen** 😊

Nicht für jeden sind die klassischen Fastenprogramme geeignet- so wie im Leben, darf sich jede/r hier einen eigenen Weg suchen.

Nach der Faschingszeit ist es ein alter christlicher Brauch, vom Aschermittwoch bis zum Karfreitag eine Fastenzeit, auch Passionszeit einzulegen, in der bestimmte Lebensmittel vermieden werden. Dies können wir in unserer heutigen Gesellschaft und Zeit aber in viele Bereiche in unserem Leben integrieren und auf vielfältige Weise, auch ohne religiös sein zu müssen, umsetzen.

Ich biete hier ein effektives, einfaches 4-6 Wochen Körper-Seele-Geist- Detox-Programm an, welches sich auch bei einem sehr herausfordernden Alltag neben Familie/Beruf durchführen lässt (selbsterprobt seit mehreren Jahren 😊):

2 verschiedene Angebote:

- **DETOX-Workshop für Frauen**
- **Digitales DETOX Programm inkl. Handout (auch für die Männer) mit Anleitungsvideo**

Detox-Workshop für Frauen

Teil 1 am 21.2.26: 10-12Uhr

- entgiftende Körperwahrnehmungsübungen und Atem-Meditation
- Einführung in das DETOX-Programm mit allen Infos, Anleitungen und Übungen
- Detox-Handout digital oder ausgedruckt (kleiner Aufpreis)
- Übergabe der Detox-Sets aus der Rosen Apo
- Fragen, Austausch in der Gruppe
- Energie-Feld-Reinigung
- Entgiftung-Meditation

Ort: wird rechtzeitig bekannt gegeben

Kosten: 88,00 Euro ; Early Bird bis 1.2.26 /bring a friend 80,00

(inklusive: Wasserbar, Tee, good-mood-Food Snacks, Anleitungen/Übungen und digitales Handout)

KONTAKT/Anmeldung:

**kontakt@kate-kolbe.de mit dem Betreff
< Detox-Programm >**

Sie haben keine Zeit?

**Gerne sende ich Ihnen mein digitales DETOX-Programm mit Handout zu
Kosten: 44 Euro**