

ICH GÖNNE MIR ...

*Die Messe für die
besonderen Dinge im Leben*

25 AUSSTELLER*INNEN
aus den Bereichen Kosmetik, Ernährung, Fashion, Kunst u.v.m.



Sa. 26. Oktober 2024 | 11 - 17 Uhr
Oldersumer Str. 150 | 26605 Aurich

DAS **ATELIER** | FÜR SCHÖNHEIT
UND WOHLBEFINDEN

Programmplan | Samstag, 26. Oktober 2024

- 11.15 - 11.45 Uhr **Der Blutkreislauf - die Hauptstraße der Gesundheit**
mit Maria Jansen
-
- 12.00 - 12.30 Uhr **Lernen Sie die sanfte, schnelle und effektive
Muskelentspannungs- und Faszientechnik**
mit Ernst E. Förster kennen
-
- 12.45 - 13.15 Uhr **Machen Sie mit beim Yoga für einen entspannten
Nacken und Schultern** mit Kathrin Loba
-
- 13.30 - 13.45 Uhr **Entdecken Sie die Aktivierung der Selbstheilungskräfte**
mit Sabine Akkermann
-
- 14.00 - 14.30 Uhr **Zeit mit mir - Selbstfürsorge mit den wohltuenden
Klängen von Klangschalen, Gong und Monochord**
mit Heike Gerdes
-
- 14.45 - 15.15 Uhr **Der Weg zu einer gesunden, attraktiven und jünger
wirkenden Haut mit Wirkstoffkosmetik** mit Ursula Vogt
-
- 15.30 - 16.00 Uhr **Unterstützung bei Schmerzen, Schlaflosigkeit, Stress
oder Konzentrationsschwäche - die innovative
Technologie im Bereich Gesundheit und Wellness**
mit Kerstin und Michael Buse
-
- 16.00 - 16.45 Uhr **Holen Sie sich die volle Kraft
der Aromatherapie in Ihr Zuhause**
mit den Duften Schwestern



www.das-atelier-aurich.de/ichgoennemir

