



## AYURVEDA-KALARI-IMMUNKUR im Allgäu vom 15.-24. Okt. 2021

**ALTES LOSLASSEN - IMMUNSYSTEM STÄRKEN - IN DIE KRAFT KOMMEN**

Die Ayurveda-Kalari-Intensivkur hilft uns, alte Belastungen (Toxine, Emotionen, Blockaden, überschüssiges Fett) loszulassen, Neuem Raum geben und somit in die Kraft zu kommen.

Die **Ayurveda-Kalari-Intensivkur beinhaltet eine innere und äußere Reinigung** - traumalösende Ganzkörpermassagen im südindischen Kalari-Stil zur Wiederherstellung des natürlichen Energieflusses im Körper, Behandlungen blockierter Marmapunkte (Energiepunkte) mit Kräuterbeuteln, spezielle Kräuterstempelmassagen zum Lösen von Toxinen und Schlacken bzw. zum Stärken und Nähren, innere Anwendungen mit heilenden Kräutern... Unterstützt werden die Behandlungen mit einer speziellen ayurvedischen Ernährung sowie therapeutischen Yoga- und Atemübungen.

Das Besondere bei dieser Kur ist die selbstentwickelte Energiearbeit, den Blockaden und Krankheiten auf den Grund zu gehen und dadurch die Ursachen im körperlichen und im seelischen Bereich zu lösen.

**Aus der Fülle des Ayurveda-Kalari schöpfen wir wieder neue Lebensenergie und Lebensfreude!**

### KURINHALT:

- Einzelkonsultationen mit individuellen Ernährungs- und Kräuterempfehlungen (vor und nach der Kur)
- Individuell abgestimmte reinigende und heilende Kräuterabkochungen
- individuelle Kalari-Ganzkörpermassagen mit speziell abgestimmten Kräuterstempeln in Verbindung mit Energiearbeit am Körper, weitere Spezialbehandlungen je nach Beschwerdebild
- Ausleitungstag mit verschiedenen Maßnahmen (je nach Konstitution und Beschwerdebild)
- Begleitende therapeutische Yoga- und Atemübungen bzw. Kalari-Übungen.

Die Kur findet in einem gemütlichen Haus im Kurort Bad Grönenbach im Allgäu statt. Jede/r Einzelne wird achtsam und liebevoll im eigenen individuellen Heilungsprozess von uns begleitet.

### KURORT

Das familiäre Haus Lichtung liegt im Kurort Bad Grönenbach im wunderschönen Allgäu.

Haus Lichtung  
Angelika Höger-Merkl  
Nussbaumstrasse 12  
87730 Bad Grönenbach  
Tel. 08334-987034  
Oder 0160-96854251  
info@haus-lichtung.de  
www.haus-lichtung.de

**ANMELDESCHLUSS: 01.09.2021**

### ZEIT

**Kur:** 15.-24.10.2021  
Freitag 18 Uhr bis Sonntag ca. 14 Uhr

**TEILNEHMERZAHL:** 6 Personen

### PREISE

Ayurvedakur 2390 €  
(incl. aller Behandlungen, Beratungen, Kräuter, Yoga etc.)

ayurvedische Vollpension 405 €

zzgl. Übernachtung (im Haus Lichtung oder einer Ferienwohnung)

### SUSANNE DEL GESSO (Kurleitung)

Heilpraktikerin mit Schwerpunkt Ayurveda und Kalari

### ANGELIKA HÖGER-MERKL

Ayurveda-Kalari-Therapeutin, medialer Coach

### GIUSEPPE LOSITO

Koch für Ayurveda



Susanne del Gesso Angelika Höger-Merkl



Giuseppe Losito