

BIO-Schokolade von
CHOCO DEL SOL

Seite 3

Selbstliebe
Annehmen was IST

Seite 6

Tanz Dich frei
BIODANZA

Seite 7

Netzwerk- treffen:

14.8. Burgstädt

18:30 Uhr, ChristopherusHaus e.V.
Anmeldung bei Eva Lindner,
lindnerbella@yahoo.de

2.9. Zwönitz

19:00 Uhr, Klangholz Moosheide
Anmeldung bei Ann König,
info@bio-erzgebirge.de

10.9. Olbernhau

19:00 Uhr, Café Hüttenmühle
Anmeldung bei Yvonne Scholz,
yvonne-scholz@t-online.de

16.9. Hohenstein- Ernstthal

19:30 Uhr, Pfaffenberg
Anmeldung bei Kristin Hemmerle,
hemmerle.kristin@arcor.de

26.9. Chemnitz

19:00 Uhr, Ort erfragen
Anmeldung bei Maike Augustin,
maikeaugu@posteo.de



Rezept-Tipp
von Mandy Hirsch

Frischkost Tapas

Tomaten, Gurke, Champignons und Olive mit Nusskäse auf Rohkost-Gemüse-Baguette klein & fein, gesund & zum satt werden.



Vielen Dank an meinem Vater, welcher mich beim Kreieren und Zubereiten unterstützt hat.

Zutaten

- Rohkostbrot-Teig ca. 8h trocknen
- 2 Gurken
- 100g Walnüsse
- 200g Lauch
- 200g Apfel
- 200g Zucchini
- 120g Leinsamen
- Salz, Dattelpaste, Wasser nach Belieben
- 1 großzügige Portion Begeisterung

Zubereitung

Den Nusskäse, hergestellt aus 2 Teilen Walnüssen, 1 Teil Sonnenblumenkerne und 3 Teilen Überzeugung pürieren, mit Salz abschmecken und bei Zimmertemperatur einen Tag reifen lassen.



Tomate, Gurke, Champignon in 1 cm dicke Scheiben schneiden, mit Nusskäse bestreichen und mit Liebe bestreuen
Gemüsefrüchte aufeinander setzen und mit Zahnstocher auf einen Stück Brot befestigen

Lasst's Eisch Schmeggn wünsch
Euch Familie Hirsch!

Zubereitungskurse
der Vollwert- & Rohkostküche
Restaurant „Vitaler Hirsch“, Gablenz
Vegetarisch, Biologisch, Hirschspezialitäten

HOFFEST 19.10.2013

Telefon 03762-945670

Bilder & Infos bei Facebook und
www.landhotel-sperlingsberg.de

Über die Heilkraft der Bäume Der Kirschbaum

von Hendrik Heidler

Junge, besonders schöne Frauen werden auch als „Kirsche“ bezeichnet, und Jugend wird mit Frühling im menschlichen Leben gleichgesetzt. So wie junge Frauen erblühen, erblüht die Natur im Frühjahr, was wir Menschen auch als schön empfinden.

Mit schön wird meist ebenfalls gesund sein verbunden und schön ist der blühende Kirschbaum allemal, wie auch seine reifen Früchte. Aber das mag auch Geschmackssache sein, so wie die der Kirschfrüchte selbst. Viele ziehen die süßen den sauren vor. Wobei, richtig reife Sauerkirschen haben beides, süßen und sauren Geschmack in köstlicher Gemeinsamkeit. In Kindertagen war es ein jubelnder Erfolg, in den äußersten dünnen Ästchen des Sauerkirschbaums die dunkelsten Kirschen geangelt zu haben. Das setzte oft gute Kletterkünste voraus und außerdem war die Kirschernte im Gegensatz zu anderen Früchten viel mehr als nur das Abnehmen der Kirschen. Es war ein Fest. Allein die zu einem S gebogenen Drähte für die Eimer, das Hochklettern in die äußersten Äste versetzte uns in einen Rausch der Sinne. Oft schnitt Vater kurzerhand einen unerreichbaren Ast ab. Die Kirschen daran waren natürlich die köstlichsten. Nicht umsonst gilt wohl deshalb der Kirschbaum auch als Baum der Fruchtbarkeit, der Liebe, des Wachstums und auch des natürlichen Reichtums. Es ist ein Baum, der mit den Kräften der Venus und des wandelnden Mondes in Verbindung steht, dem aber auch eine andere Seite zugeschrieben wird, so wie auch der Mond eine dunkle hat. Doch im Vordergrund steht ganz klar die Kraft des Frühlings, und die ist auch eine des Heilens. Leider wurde die Heilkraft des Kirsch-



Foto: Jaujour / pixelio.de

baumes nahezu vergessen und dabei findet sie sich in allen seinen Teilen. Wer im Sommer den süßen Früchten gehörig zugesprochen hat, der sollte die Stiele nicht achtlos in den Müll werfen. Getrocknet für den Bedarf, haben sie die Kraft Schleim zu lösen, Auswurf zu fördern und wasser-treibend zu wirken. Mit der Rinde können Bronchitis, Katarrhe, Blähungen und Verdauungsstörungen behandelt werden. Der Saft der Kirschen hingegen wirkt blutbildend, blutdrucksteigernd und belebend bei Schwäche und Erkrankungen, wie der Frühling nach dem Winter. Das Katzen-gold, das Harz des Kirschbaumes kann husten-reizstillend eingenommen werden. In früheren Zeiten wurde es in Wein aufgelöst und in Maßen getrunken.

Wer sich mehr für die Kraft des Pflanzenwesens öffnen möchte, der findet mit dem Kirschbaum die Kraft, Griesgram und Traurigkeit zu lösen, verlorene Heiterkeit wieder zu entdecken und das Herz mit der Kraft des Frühlings und des reifen Sommers zu erfüllen. Nach dem Besuch dieses zumeist hellen Baumes bleibt eine gesunde Sehnsucht zurück, zu ihm zurückzukehren, wenn Schwere des Herz betrübt.

Hendrik Heidler

Träumer · Heiler · Geschichtenerzähler

Tel. 037349 8807 · www.hendrik-heidler.de



Große Hausmesse, Samstag 31.08.2013 im BioMarkt Schwarzenberg

von Familie Drechsler



Das gabs hier noch nie!
Am Samstag, den 31.08.2013, findet von 9-18 Uhr unsere **1. Hausmesse im Biomarkt in Schwarzenberg** statt, mit vielen leckeren Verkostungen, Promotion neuer Produkte und interessanten Informationen über weniger bekannte Artikel wie z.B. EM.

gestellte Produkte, z.B. köstliche Honige, Säfte und Frischwaren wie Joghurt und vieles mehr.

An diesem Samstag haben wir besonders lange für Sie geöffnet. Sie können ganz in Ruhe die verschiedenen Verkostungsstationen erkunden und durch den Laden schlendern. Im Außenbereich finden Sie eine Grillstation, somit ist für das leibliche Wohl also bestens gesorgt.

Wir freuen uns sehr auf Ihren Besuch.

Ihr Team vom Biomarkt in Schwarzenberg.

Straße der Einheit 115 · 08340 Schwarzenberg

Tel. 03774-1744710 · www.biomarkt-schwarzenberg.de

Vorbeischaun lohnt sich. Stellen Sie Fragen, lassen Sie sich inspirieren und entdecken Sie viele neue Leckereien. Neben den vielen Herstellern aus ganz Deutschland, deren Sortiment wir bei uns im Biomarkt führen, legen wir bei der Hausmesse auch großes Augenmerk auf regional her-



Choco del Sol®

Eröffnung der Schokoladenmanufaktur Choco del Sol

von Ann König

Es ist schon ein Wunder, dass die Weltenbummler Patrick & Peggy nun in Taura, nördlich von Chemnitz, wieder in ihrer Heimat sesshaft werden. Ihr Abenteuergeist ist jedoch nach wie vor

da. Sie brachten ihn in Form von Schokolade, dem "Gold der Mayas", mit nach Hause. Nie hätten sie gedacht, dass sie das Leben durch viele wunderbare Zufälle dahin führt, dass sie nun Kakaobohnen importieren und daraus liebevoll mit ihren eigenen Händen Schokolade herstellen. Mit Freunden aus Kalifornien haben sie die Firma "Choco del Sol" gegründet und arbeiten eng mit der Not-For-Profit Organisation "Toledo Cacao Growers Association (TCGA)" zusammen. Dabei unterstützt die TCGA die Maya-Biobauern im südlichen Belize (Mittelamerika) bei der gesamten Kakaoproduktion – vom Samen bis zur Ernte und den notwendigen biologischen Kontrollen. Als Partner gewährleistet sie vor Ort, dass die Erträge aus dem Kakao direkt den Kakaobauern zugutekommen.

Patrick und Peggy kaufen nur bio-fermentierte Premium Trinitario-Kakaobohnen. Dafür bezahlen sie qualitätsbasierte Prämien, die einem Vielfachen des von Fair-Trade-Organisationen geforderten Minimumpreises entsprechen. Um den Kakaobauern einen fairen Preis zu garantieren, haben sie alle



Zwischenhändler ausgeschlossen. Auf diese Weise leisten sie ihren Beitrag für eine nachhaltige Zukunft, die Verbesserung der Lebenssituation der Bauern und für die Achtung des von uns allen geschätzten Belize-Kakaos. Für die Herstellung ihrer Schokolade verwenden Peggy und Patrick nur diesen einzigartigen Kakao aus dem Regenwald der Mayas von Belize.

„Kein zweites Mal hat die Natur solch Fülle der wertvollsten Nährstoffe auf einem so kleinem Raum zusammengedrängt wie gerade bei der Kakaobohne“. Alexander von Humboldt

Die im Schatten von Urwaldriesen gewachsenen Kakaobohnen werden nach sorgfältiger Auswahl besonders schonend geröstet und weiterverarbeitet. Dadurch entfalten sie ein außergewöhnliches Aroma mit betörend vielfältigen Geschmacksnuancen. In ihrer kleinen Manufaktur in Taura verarbeiten sie ausschließlich beste biologisch erzeugte Zutaten. So entsteht in traditioneller Fertigung eine limitierte

Auflage an feinsten Schokoladen, in denen die Fülle der Nährstoffe auf dem besten Weg dem Genießer zugutekommt und Wohlbefinden auslöst. Also: Auf! Zu Patrick & Peggy und zum gesunden Naschen.

Schokoladenmanufaktur Choco Del Sol, Patrick Walter

Mitweidaer Str. 56, 09249 Taura · Tel. 0174-3413403 · www.chocodelsol.com



TROMMEL
neue wege beschreiten
Geflüster

lädt wieder ein zum
4. Spirituellen Erlebnistag in Chemnitz & Marktplatz für Naturprodukte
am 19. Oktober 2013

Veranstaltungsort:
Kraftwerk e.V., Kaßbergstraße 36, 09120 Chemnitz

Ausstellerinformationen: linderbella@yahoo.de Eintritt: 2 Euro

Wasser – Unser wichtigstes Lebensmittel

von Hans-Joachim Siegmund

Es heißt: Unser Trinkwasser ist das am besten kontrollierte Lebensmittel. Neben der Luft zum Atmen und natürlicher, ausgewogener Ernährung ist sauberes Trinkwasser der wohl wichtigste Faktor für ein gesundes Leben. Durch sauberes Trinkwasser kann jeder Mensch seine Gesundheit fördern. Es wird sogar davon berichtet, dass ca. 80% aller Krankheiten umgekehrt werden können. Wasser funktioniert im Körper als Löse-, Transport- und Reinigungsmittel und es hat die Aufgabe, Stoffe von A nach B zu transportieren. Das alles kann Wasser am besten durchführen, wenn es in reiner, ungesättigter Form vorliegt.

Als Verbraucherschutzorganisation „Wassertankstelle e.V.“ sehen wir unsere Aufgabe darin, den Menschen wichtige Informationen zum Thema Wasser zukommen zu lassen und darüber aufzuklären, was die eigentliche Funktion von Wasser ist und wie es tatsächlich um die Trinkwasserqualität in Deutschland bestellt ist, welche Richtlinien und Richtwerte beim Wasser gelten. Neben Veröffentlichungen auf der Webseite gibt es auch regelmäßige Wasserinfos vor Ort. Wenn Sie daran teilnehmen, bringen Sie Ihr Leitungswasser oder auch Ihr Lieblingsmineralwasser mit, um es kostenfrei testen zu lassen. Derzeit werden deutschlandweit „Wassertankstellen“ eröffnet. Hier kann jeder kostenfrei sauberes und reines Trinkwasser testen.

Bis vor Jahren konnten wir uns noch beruhigt auf die Filterfunktion des Bodens verlassen, doch die Zeiten ändern sich und wir haben festgestellt: Wirklich sauberes Wasser ist Mangelware, aber es wird dringend von jedem Menschen benötigt. Überzeugen Sie sich selbst davon, warum es „46 gute Gründe“ gibt, Wasser zu trinken oder was es mit dieser Aussage auf sich hat: „Sie sind nicht krank. Sie sind durstig!“. Kommen Sie mit zur nächsten Wasserinfo.

Auf der Webseite: www.siegmundwassertankstelle.de sind die Termine hinterlegt – informieren Sie sich über unser wichtigstes Lebensmittel einfach selbst.

Ihr Hans-Joachim Siegmund

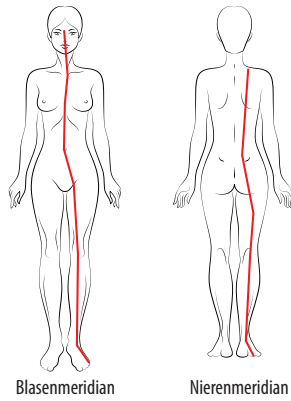
Tel: 03774-24735 oder 0162-9235038

www.siegmundwassertankstelle.de

Meridiansysteme Blasen- und Nierenmeridian

von Ina Klingler

Bei Blase und Niere ist der Zusammenhang zum Element Wasser schon von der Funktion her erkennbar, denn beide Organe stehen in Verbindung mit der Flüssigkeitsableitung unseres Körpers. Aber im Sinne der Traditionellen Chinesischen Medizin geht ihre Bedeutung weit darüber hinaus, denn da ist die Niere die Quelle von Vitalität, Lebenskraft und Anpassungsfähigkeit.



Blasenmeridian

Nierenmeridian

Die Nieren regeln den Wasserhaushalt des Körpers und haben eine Filterfunktion für giftige Substanzen. Außerdem unterstützen die Nieren die Fortpflanzungsorgane und haben eine Beziehung zur Sexualfunktion. Deshalb werden sie auch als die seelischen Partnerschaftsorgane bezeichnet. „Das geht mir an die Nieren“ ist ein Ausspruch, der meist auf andere Menschen bezogen ist, also Partnerschaften auch im weiteren Sinn. Sind die Nieren geschwächt, so äußert sich das in schlechter Gesundheit, frühzeitigem Altern, Verschleiß der Gelenke, Steifheit der Wirbelsäule, Haarausfall, Ergrauen, Schwächung von Seh- und Hörvermögen, sexuellen Störungen...

Die Blase hat die Funktion, den von den Nieren produzierten Urin zu sammeln und auszuscheiden, ihr Thema ist also das Loslassen - in direktem und übertragenem Sinn, denn das Loslassen von überzogenen Vorstellungen, Perfektionismus und Ansprüchen gehört ebenso dazu. Der Blasenmeridian ist der längste Meridian unseres Körpers und verläuft in parallelen Bahnen über den ganzen Rücken. In ihm machen sich seelische und körperliche Spannungszustände bemerkbar, die sich in Form von Rückenschmerzen, der Volkskrankheit Nummer Eins, zeigen können.

Vielleicht sollten wir wieder lernen, dem Fluss des Lebens zu vertrauen, Dinge zu akzeptieren und unsere Ansprüche herunterzuschrauben? Vielleicht würde dann auch die Anzahl der „Rückenpatienten“ weniger werden und wir würden gesünder alt werden?

Vielleicht...

Veranstaltungstipp:

„Japanisches Heilströmen“ als Kurs in 8 Einheiten
ab 02.09.2013, montags 18 – 19 Uhr in meiner Praxis,
Prof.-Dr.-Konrad-Zuse-Str.4, 08289 Schneeberg



Ganzheitliche Physiotherapie Ina Klingler
Prof.-Dr.-Konrad-Zuse-Str. 4 · Schneeberg · Tel. 03772-3729056
www.lebensfreude-ina-klingler.de

Großes Treffen in Lengefeld bei Geistheiler Wilfried Münzner

von Ann König

Im Haus von Wilfried Münzner war letzstens viel los. Da trafen sich Menschen von überall her. Menschen, die alle Wilfrieds heilende Hände erfahren hatten. Und sie alle konnten eine Geschichte erzählen. Eine Geschichte, wie sie mit Hilfe von Wilfried auf den Weg der Heilung kamen...

Da war z.B. eine Frau aus Bad Elster, die mit einer schlimmen Form von Brustkrebs alle Hoffnungen aufgegeben hatte. Sie hörte von Wilfried und machte sich auf ins Erzgebirge. Nach mehreren Sitzungen darf sie sich jetzt „Kompletter Remission“ erfreuen.

Jana Gauss erzählte ihre Geschichte von ihrem schweren Weg von der Krebsdiagnose über die energetisierenden Hände von Wilfried bis zur wiederhergestellten Gesundheit. Nun gestaltet sie ihr Leben bewusst, fährt viel Fahrrad und musiziert begeistert. Mit viel Mut veröffentlichte sie ihre Erfahrungen 2012 über die Presse und trug damit entscheidend bei, dass viele, schwer erkrankte Menschen von Wilfried Münzner lasen und sich jetzt wieder am Leben erfreuen können.

Dieses Treffen von Menschen, die fest daran glauben, dass Wilfried einen entscheidenden Teil zu Ihrer Genesung beigetragen hat, gab einmal mehr Anlass, ein herzliches Dankeschön auszusprechen. Der bescheidene Mann und seine Familie sehen es immer noch als ein großes Wunder und Segen, dass er durch diese Gabe so vielen Leidenden, deren Leben am seidenen Faden hing, bereits helfen konnte.

Wilfried erzählte uns, dass selbst die Umstände, wie die Menschen von ihm erfuhren, schon kleine Wunder sind. Zum Beispiel gab es eine Frau, die wie jeden Tag in der U-Bahn von Berlin auf dem Weg zur Arbeit saß. Sie kam mit einem Mann neben sich ins Gespräch, der ihr von einem der 4 größten Heiler in Deutschland erzählte. Kurz darauf durfte auch sie sich an den positiven Wirkungen durch die Geistheilung von Wilfried erfreuen.

Inzwischen hat Familie Münzner ihre Gaststube vorübergehend geschlossen und kann sich jetzt voll auf die vielen Klienten konzentrieren, die mittlerweile von überall her aus Deutschland anreisen. Für die Gäste stehen Ferienwohnungen bereit. So können sie mehrere Tage hintereinander in den Genuss von der Übertragung von Heilenergie kommen und sich eine Auszeit gönnen.

Wilfried Münzner
Oederaner Str. 70 · 09514 Lengefeld · Tel. 037367-2545
www.geistheiler-münzner.de



Waldorfschule Chemnitz
zertifizierte Bio-Schulküche

Allgemeinbildende Schule
von Klasse 1–13 · Abschluss
mittlere Reife und Abitur
Sandstr. 102 · 09114 Chemnitz
Tel. 0371 3340760
waldorfschule-chemnitz.de

Ausbildung zum Heilpraktiker für Psychotherapie

Ausbildungsstart: Abendkurs 10.10.2013 | Wochenendkurs 05.10.2013
Prüfungsvorbereitung: Für die Überprüfung im März 2014 | Start: 01.10.2013

Außerdem:

- Aus- und Weiterbildung in verschiedenen psychotherapeutischen Verfahren
- Hypnose
- NLP
- humanistische Therapieverfahren
- Multimodales Stressmanagement
- vieles mehr

Schönherrfabrik
Schönherrstraße 8
09113 Chemnitz
T (03 71) 23 47 96 99
www.institut-sven-krieger.de



Vorgestellt: Leyla Angelika Nolte Neue Wege zur Selbstheilung



Ich bin Leyla Angelika Nolte, die Rituelle liebt und mit Liebe weitergibt. 13 Tage allein in der Wüste und viele weitere Erfahrungen haben mein Leben maßgeblich verändert. Ich bin hellfühlend. Nach langen Jahren im Gesundheitswesen lebe ich jetzt meine Berufung in Freude. Ich begleite Dich auf dem Weg in die Selbstheilung. Durch den einzigartigen Naturklang mit dem Original Mechow Schallwandler kann Dein Körper zurück ins Gleichgewicht finden. Erlebe tiefe Entspannung im geschützten Raum. Ich lade Dich herzlich ein, meine Angebote (auch Hausbesuche) kennenzulernen.

Naturklang-Einzelanwendung – mit sanfter Berührung und einfühlsamen Worten, z.B. bei Tinnitus / Schlaflosigkeit / innerer Unruhe / Unkonzentriertheit / Erschöpfung u.s.w. wirkt entspannend bis in alle Körperzellen! Dauer: ca. 1,5 Stunden, Termine auf Anfrage

Wohlfühltag – einzigartiges Naturklangerlebnis mit sanfter Berührung, Tiefenentspannung, bewusstem Atmen, den Körper schwingend fühlen und in Freude sein, frische, vegetarische Bio-Kost & Smoothies genießen, energisiertes Wasser trinken uvm. Sich selbst eine Auszeit gönnen – das Selbstwertgefühl stärken, die Selbstheilungskräfte aktivieren. Erlebe das Gefühl, wieder im Fluss zu sein! Termin jeden 1. Mittwoch im Monat 10 - 16 Uhr
Meditations- & Gesprächsrunde – den Gedanken Raum geben, sich austauschen, Herzen öffnen – auf Spendenbasis, montags 19.30 Uhr
Meditative Tiefenentspannung dienstags 18.00 Uhr
Mantren singen + Bewegung – mit der Kraft der Stimme zu mehr Balance im Körper und geistiger Klarheit, mittwochs 19.00 Uhr.

„Selbstheilung“ – Workshop jeden 1. Donnerstag 17.00 Uhr

Tagesseminar jeden 1. Samstag im Monat 10-17.00 Uhr

Wochenend-Seminar jedes 1. Wochenende im Quartal

Edle Stille – indische Meditationstechniken

1 Tag	09.08./06.09./11.10./29.11.	10.00-17.00 Uhr
3 Tage	23-25.08./08.-10.11./13.-15.12.	09.00-18.00 Uhr
10 Tage	25.10.-03.11./15.-24.11./23.12.-01.01.14	08.00.-20.00 Uhr

(Um Anmeldung wird erbeten)

Mein Leitspruch: „Die beste Arznei für den Menschen ist der Mensch. Der höchste Grad von Arznei ist die Liebe.“ Paracelsus



Leyla Angelika Nolte,
Gartenstraße 8, 09123 Chemnitz – Einsiedel
037209-703009 / 0151-56833007, www.urkraft-heilquelle.de

Biodanza in Chemnitz, Plauen, Schwarzenberg und Zwickau



Du darfst frei sein in Deinen Bewegungen – ob wild und ausgelassen oder zart & gefühlvoll.

Du fühlst Dich herrlich lebendig und kraftvoll, leicht & frei – einfach rundum wohl.

Du erlebst achtsame Begegnungen und die Geborgenheit in einer Gruppe.

Du kannst abschalten vom Alltag und zu Dir selbst finden.

Du kannst den Tanz mit Dir allein und mit anderen Menschen voll genießen.

Kurstermine

Chemnitz – Haus der Gesundheit

in der Physiotherapie „Pro Vitas“- Goethestraße 5

• in der geraden KW – dienstags von 19.30 Uhr bis ca. 21.30 Uhr

Schwarzenberg – Begegnungszentrum, Karlsbaderstraße 2

• in der geraden KW – montags von 19.00 Uhr bis ca. 21.00 Uhr

Plauen – Yagunazentrum, Morgenbergstr.19

• samstags von 14.30 Uhr bis ca.17.00 Uhr am 21.09./12.10./09.11./07.12.

Zwickau – Yogazentrum von Heidi Rauschenberg, Max-Pechstein-Str.9

• samstags von 14.00 Uhr bis ca.16.30 Uhr am 14.09./19.10./23.11.



Ein Einstieg in laufende Kurse ist möglich.

Anmeldung bei Biene (Christine) Lukaschek
bienelu@vodanet.de oder 0177-7219150
www.biodanza-chemnitz.de

BIODANZA bringt Bewegung in Dein Leben



Heilpraktikerin
Ina Sonar

KLASSISCHE HOMÖOPATHIE

WIRBELSÄULEN- UND GELENKTHERAPIE
NACH DORN & BREUSS

Panoramablick 2
08315 Lauter-Bernsbach
Tel: 03774-3379779
Email: inasonarHP@gmx.de
www.inasonar.vpweb.de

Qi Gong

Entspannung durch sanften Energiefluss

Qi Gong Übungen sind eine harmonische Verbindung von Aufmerksamkeit, Atmung und Bewegung. Sie sind sanft, geschmeidig, langsam, natürlich und ungezwungen. Sie sind vielfältig und von jedem Menschen praktizierbar.

Melden sie sich jetzt an für die neuen Herbstkurse in Chemnitz, Jahnsdorf oder Thalheim.

Dagmar Zais
Friedensweg 1a, 09387 Jahnsdorf
Tel.: 03721/ 88 02 77 oder
ab 18 Uhr 03721/ 88 02 78
Handy: 0176/ 23 51 71 70

E-Mail: lichtreich@hotmail.com

Termine

ab 10.09.2013 in Thalheim/ Neukirchner Villa,
ab 12.09.2013 in Jahnsdorf/ Physiotherapie-Praxis Nicole Bohn
sowie ein Kurs in Stollberg (in Planung)

Familien- und Systemaufstellungen SinnesWandel

von Ines Gabel

„Aufstellungen sind eine der effektivsten Methoden, ans Licht zu bringen, was im Verborgenen wirkt.“ jirina-prekop-zentrum



Ziel ist es, die Weisheit der Intuition und unseres Körpers für Fragestellungen zu nutzen, bei denen unser Verstand an Grenzen gerät. Dabei eröffnen sich oft sehr überraschende Lösungen. Diese Methode ist am bekanntesten unter dem Begriff Familienstellen, wird aber auch in anderen sozialen Feldern, im beruflichen Kontext oder auf gesundheitlicher Ebene genutzt.

Mögliche Fragen können sein:

Wie löse ich mich aus festgefahrenen Verhaltensmustern in meiner Partnerschaft und wo liegen die Ursachen? Worin liegt die Ursache für die Verhaltensauffälligkeit meines Kindes und wie lässt sie sich normalisieren? Welche Botschaft liegt hinter meinen Körpersymptomen? Welche unbewussten Mechanismen verhindern meinen beruflichen Erfolg?

Wer sich die Wirkungsweise dieser uralten Technik erschliessen möchte, kann dies am Besten über eigenes Erleben tun. Gelegenheit dazu bietet sich ab September 2013 einmal monatlich zu offenen Abenden in der Ludwig-Jahn-Str. 12 im **Kunsthau Eibenstock** in der Zeit von **18.00 Uhr bis 21.00 Uhr** an folgenden Tagen: **16.09.** / **21.10.** / **04.11.** / **02.12.2013.** Weitere Orte für offene Abend werden Zwickau und Plauen sein. Adressen und Termine sind ab September zu finden unter der neuen Webseite www.inesgabel.de oder bereits jetzt unter www.yogafueralle.com oder www.wohlfuehlzentrum-zwickau.de.

Anmeldungen für offene Abende sind nicht zwingend notwendig, aber erwünscht. Wer Fragen hat, richtet diese bitte telefonisch an mich. Mobil: 01526-34398032 oder Fon: 0375-21487605 Kosten: 15,00 € ohne eigenes Anliegen; 50,00 € mit eigenem Anliegen. Warme Socken und bequeme Kleidung sind günstig.

Ines Gabel

Innere Schneeberger Str.07 · 08056 Zwickau · www.inesgabel.de



Selbstliebe Annehmen was ist

von Ann König

Auf dem Weg durchs Leben werde ich immer wieder an Situationen herangeführt, die mir mehr oder weniger nicht gefällt. Ob sich körperliche und seelische Probleme zeigen, ob das Verhalten meiner Mitmenschen mir nicht passt, ob die Preise steigen oder die Arbeit mir keinen

Spaß macht, ob die Mächtigen wieder mit Kriegen und Krisen drohen und mir Angst machen oder der Frust, dass ich immer noch nicht erleuchtet bin – die Frage ist doch: „Wie gehe ich mit dieser Situation um?“

Wenn ich anfangs, diese Situation NICHT zu wollen (natürlich will kein Mensch Krankheit, Krieg und Zerfall) gehe ich in einen innerlichen Widerstand. Es baut sich ein Ungleichgewicht auf zwischen dem, WAS IST und dem, WAS ICH WILL. Das führt zu einer energetischen Spannung, die wiederum tief in mir ein Unbehagen bewirkt. So fange ich an zu leiden, was sich in Wut, Hass, Verzweiflung, Scham, Schuld und Angst auswirken kann.

Doch wem nutzt mein ganzer Ärger – verändert er etwas an dem, was sich mir im Außen zeigt? Natürlich nicht. Es ist ganz allein mein Ärger und was bringt er? Ja, nur noch mehr Ärger (Gesetz der Resonanz). Damit beginnt eine Spirale nach unten. Brauche ich das wirklich, verändert sich so etwas zum Besseren?

Jetzt würden die meisten sagen, die schon spirituell oder bewusst unterwegs sind: wegmachen, auflösen, positiv denken. Alle Wehwehchen und Unmutsgedühle müssen weg, ohne sie bin ich glücklich und frei. Und nun beginnt der Tanz mit dem TUN – mit Methoden und Praktiken – da wird



Die Kraft magischer Schilde

Es ist bereits 16 Jahre her, dass ich einige Zeit in Ägypten lebte und arbeitete. Mir war das Glück beschieden, in einige altägyptische Mysterien eingeweiht zu werden. Ich wurde vertraut mit der Macht magischer Symbole.

Ihre Kraft, Blockaden, aus welchen Zeitzonen auch immer, aufzuheben, ist gewaltig. Sie haben die Eigenschaft, Hemmungen und Fixierungen jeder Art zu lösen, und machen den Weg frei für Heilung und Wohlbefinden. Sie helfen "das Lichtvolle" in unser Leben zu ziehen. Darüber hinaus haben Schilde eine Schutzfunktion. Ein magisches Schutzschild erzeugt eine so kraftvolle Strahlung im Unsichtbaren, dass der gefürchtete Schaden uns nicht treffen kann. Jedes Zeichen hat seine eigene Schwingung, so wie alles Existierende schwingt.

„Als Mensch bist Du geschaffen für das Licht, für die Freude, um zu lachen und zu singen, um in Liebe zu leben und um da zu sein für das Glück anderer Menschen. Du bist geschaffen nach dem Bild eines Gottes, der Liebe ist - mit Händen, um zu geben, mit einem Herzen, um zu lieben, und mit zwei Armen, die gerade so lang sind, um einen anderen zu umarmen.“

Phil Bosmans

Um dieser eigentlichen Bestimmung gerecht zu werden, biete ich in meinem Zentrum für Geistiges Heilen u.a. an, Ihre persönlichen Schilde zu erstellen. Auch in unserer modernen, technisierten Welt können Sie sich von der Kraft magischer Schilde überzeugen.

Ihre Regina Rößler-Wagner
Heilerin / astrologische Psychologin

Zentrum für Geistiges Heilen
09484 Kurort Oberwiesenthal · Annaberger Straße 82
Tel. 037348-23962 & 22200
www.ganzheit-roessler-wagner.de



geatmet, von einem Therapeuten zum anderen gerannt, geklopft, meditiert, visualisiert und vor allem dagegen angekämpft. Es soll doch endlich verschwinden. Und überhaupt, ich habe ja schon so viel für mich getan...

Und dieses blöde Unwohlgefühl bleibt einfach – oder vielleicht verändert es sich und zeigt sich auf andere Weise wieder, an einer anderen Stelle, als neue Krankheit, als neues Drama – doch es will nicht gehen. Warum auch? Es ist ja wie ein kleines Kind, dem ich ins Gesicht schreie: „Geh weg - ich will dich nicht!“. Was macht das Kind? Es bleibt trotzig und stolz stehen.

Wenn ich stattdessen das Kind einfach anschau, mein Herz öffne, es bewusst in seinem ganzen Wesen wahrnehme und es annehme genau so wie es ist – dann beginnt etwas Wunderbares. Das Kind sagt ohne Worte „Danke für deine Aufmerksamkeit, danke, dass Du mich beachtest, nicht einfach verdrängen und fortschicken willst“ und es geht, von ganz allein, ohne Kraft und Druck.

So ist es mit allem, was mir begegnet. Indem ich den innerlichen Kampf aufgabe, dass eine Situation, die mir nicht passt, weggehen soll, und sie mir einfach friedlich ansehe und annehme so wie sie ist, öffnet sich die Tür zu Veränderung.

Erst als Buddha nach vielen Jahren des Fastens und Meditierens innerlich sein Ziel der Erleuchtung aufgab, als er von all' dem nichts mehr wissen wollte, er mit dem ganzen Tun, Machen und Anstrengen kapitulierte, er sich einfach unter dem Bodhi-Baum setzte, alle Erwartungen losließ und NICHTS tat – kam der Funke der Erleuchtung.

Wandlung setzt Annehmen aus dem Herzen voraus. Nur aus dem Annehmen und Loslassen meiner Erwartungen, in einem Zustand von Frieden und Liebe, kann ich ANNEHMEN, WAS IST und mich selbst lieben.

Der Guidohof lädt am 14.09. zum jährlichen Hoffest

Der Guidohof öffnet am 14. September um 14 Uhr wieder seine Tore. Zum alljährlichen Hoffest verwandelt sich der Biohof zu einem bunten Markttreiben und Abenteuerspielplatz für Kinder.

Das Märchentheater „Fingerhut“ aus Leipzig wird die Kinder mit einer Geschichte von Pettersson und Findus begeistern. Es dreht sich in dem Stück alles um eine Geburtstagsmaschine. Auf der Musikbühne unterhalten Live-Bands mit Rhythmen des Classic Rock, Jazz, Blues und Folk.

Bei Hofrundgang und Trecker-Rundfahrt stellen Silke und Armin Lucht ihren Demeter-Hof vor. Die Gäste bekommen so Einblick in die Bio-Landwirtschaft und, wie eine Ökokiste entsteht – von der Ernte über das Verpacken bis zur Auslieferung. Außerdem präsentiert sich der regionale Großhändler Naturkost Erfurt, der das Angebot des Guidohofs vervollständigt. Wer mehr über die regionalen Wildkräuter erfahren möchte, kann an dem Kräuter-spaziergang mit Grit Tetzner teilnehmen.



„Den größten Spaß haben die Kinder auf der Stroh-Hüpfburg. So können die Eltern ungestört unter dem Apfelbaum ihren Bio-Kaffee genießen“, so Silke Lucht. Beim Filzen, Töpfern und Kerzen ziehen dürfen die Kinder und Erwachsenen sich selbst ausprobieren. Sonst gibt es für die Gäste vielerlei liebevolle Handwerkskunst aus der Region zu bestaunen, u.a. von einer Kosmetikmanufaktur, Käserei, Puppennäherin und einem Korbmacher.

Für das leibliche Wohl sorgen die Mitarbeiter des Guidohofs. Es gibt Kaffee und Kuchen – natürlich aus dem eigenen Holzbackofen, Roster und Flammkäse sowie Waffeln und Pizza zum Selber-Belegen. „Wir freuen uns auf einen schönen Nachmittag mit unseren Gästen“ lädt Silke Lucht ein.

Guidohof · Am Ullersberg 31 · 09212 Limbach-Oberfrohna OT Ullersdorf · www.guidohof.com

Messe "Leben – aktiv & gesund" vom 28.-29.09.

von Sylvia Modes

Leben 2013 aktiv & gesund

Die Messe für Gesundheit und Wohlbefinden

28. - 29. September 10-18 Uhr
Stadthalle Zwickau

- Medizin/Therapie/Rehabilitation
- Vital Genuss mit Erlebnisküche
- Wellness und Entspannung
- Informatives Vortragsprogramm

Informationen und Programm unter: www.messezwickau.de
MESE ZWICKAU GmbH **Besuchen Sie uns auf Facebook**

Ein gesunder Geist in einem gesunden Körper - unter diesem Motto steht die 6. Auflage der Gesundheitsmesse "Leben - aktiv & gesund" vom 28. - 29. September 2013 in der Stadthalle Zwickau. Gesundheit und Vorsorge gewinnen in unserer schnelllebigen Zeit immer mehr an Bedeutung – die Menschen interessieren sich für die verschiedenen Behandlungs- und Therapiemöglichkeiten. Die Schwerpunktbereiche der Messe „Leben aktiv & gesund“ 2013 sind klassische Schulmedizin, alternative Heilmethoden und Therapieansätze, Fitness, Wellness sowie gesunde und ausgewogene Ernährung. Nutzen Sie das vielfältige Angebot, lassen Sie sich umfassend beraten und werden Sie beim Kreistraining aktiv, bestimmen Sie Ihren BMI-Wert, lassen Sie Ihr Gehör von Spezialisten prüfen, führen Sie unter anderem einen Lungenvolumen- oder Rückentest durch, holen Sie sich Tipps für gesunden Schlaf oder lassen Ihren Blutdruck messen. Mitmachen lohnt sich! Unser begehrtes Darmmodell bietet einen interessanten Einblick in verschiedene Krankheitsbilder und Therapiemöglichkeiten. Durch kompetente Betreuung und Beratung der Ärzte vor Ort bleibt keine Frage unbeantwortet.

Eine Reihe vieler interessanter und aktueller Vorträge zu den Themen Schmerztherapie, Ernährung bei chronischen Krankheiten, Brustkrebs, Quantenmedizin und schamanische Prozessarbeit werden das Programm ergänzen. Die genauen Vortragszeiten finden Sie ab September 2013 unter: www.messezwickau.de. Auch für Kinder haben wir wieder vielseitige Angebote. In unserer Erlebnisküche werden unter dem Motto „Kochen erleben – Mitmachen erlaubt“ gesunde Gerichte für und mit den kleinen Gästen gezaubert. Das Team des Mimamo „Milchzähne machen mobil“ e.V. lernen den Kindern auf spielerische Art das richtige Zähneputzen. Außerdem kann gebastelt, die Geschicklichkeit getestet oder sich auf der Hüpfburg ausgetobt werden. Sie sind neugierig geworden? Dann kommen Sie zur Messe und holen sich Tipps für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden.

„Kochen erleben – Mitmachen erlaubt“ gesunde Gerichte für und mit den kleinen Gästen gezaubert. Das Team des Mimamo „Milchzähne machen mobil“ e.V. lernen den Kindern auf spielerische Art das richtige Zähneputzen. Außerdem kann gebastelt, die Geschicklichkeit getestet oder sich auf der Hüpfburg ausgetobt werden. Sie sind neugierig geworden? Dann kommen Sie zur Messe und holen sich Tipps für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden.

Eintritt: Tageskarte: 3,50 Euro
Tageskarte ermäßigt: 3,00 Euro
Kinder bis 12 Jahre haben freien Eintritt.

Wir suchen noch Aussteller!

MASSVOLL

Die Erzgebirgische Wohlfühlmesse

im AmbrossGut 15. Sept. 2013

Abwechslungsreiche Angebote zur Gesunderhaltung durch Ernährung, Bewegung, Naturerlebnis und Wellness

<p>für Kinder</p> <ul style="list-style-type: none"> Streichelzoo Kinder-QUAD-Parcour Keramik bemalen Bastelstraße <p>Workshops u.v.m.</p>	<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 30%; text-align: right; font-weight: bold;">10:15 - 11:00 Uhr</td> <td>Eröffnungskonzert, ars nova Musikschule</td> </tr> <tr> <td style="text-align: right; font-weight: bold;">11:00 - 11:30 Uhr</td> <td>Vortrag: Prävention durch Stressbewältigung</td> </tr> <tr> <td style="text-align: right; font-weight: bold;">11:30 - 14:00 Uhr</td> <td>Unterhaltung mit DJ Klimperkiste</td> </tr> <tr> <td style="text-align: right; font-weight: bold;">14:00 - 15:00 Uhr</td> <td>Showgarde Jumpcrew Borstendorf</td> </tr> <tr> <td style="text-align: right; font-weight: bold;">15:15 - 15:45 Uhr</td> <td>Vortrag: „E-Bike - das Fahrrad der Zukunft“</td> </tr> <tr> <td style="text-align: right; font-weight: bold;">16:00 - 16:30 Uhr</td> <td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: right; font-weight: bold;">17:00 - 17:30 Uhr</td> <td></td> </tr> </table> <p style="text-align: right; font-weight: bold; margin-top: 10px;">Gudrun Lange</p>	10:15 - 11:00 Uhr	Eröffnungskonzert, ars nova Musikschule	11:00 - 11:30 Uhr	Vortrag: Prävention durch Stressbewältigung	11:30 - 14:00 Uhr	Unterhaltung mit DJ Klimperkiste	14:00 - 15:00 Uhr	Showgarde Jumpcrew Borstendorf	15:15 - 15:45 Uhr	Vortrag: „E-Bike - das Fahrrad der Zukunft“	16:00 - 16:30 Uhr		17:00 - 17:30 Uhr	
10:15 - 11:00 Uhr	Eröffnungskonzert, ars nova Musikschule														
11:00 - 11:30 Uhr	Vortrag: Prävention durch Stressbewältigung														
11:30 - 14:00 Uhr	Unterhaltung mit DJ Klimperkiste														
14:00 - 15:00 Uhr	Showgarde Jumpcrew Borstendorf														
15:15 - 15:45 Uhr	Vortrag: „E-Bike - das Fahrrad der Zukunft“														
16:00 - 16:30 Uhr															
17:00 - 17:30 Uhr															

AmbrossGut

IG MASSVOLL * Kirchstraße 34 * 09429 Schönbrunn * www.massvoll.org * info@massvoll.org * 037369-87681

Sommerfest

Tag der offenen Tür in der Villa

und 150 Jahre DRK

mit buntem Familienprogramm, Eintritt frei

am **Samstag, 07.09.13**

von **11.00 – 17.00 Uhr**

Im Namen des Netzwerkes **bio-erzgebirge** und des **Vereins Gesundes (H)ERZgebirge e.V.** laden wir ganz herzlich an unserem Informationsstand zum „Tag der Sachsen“ ein. Wir befinden uns im Themenbereich „einfach NATÜRLICH“ in der Erlaer Straße.

An unserem Stand erwarten Euch verschiedene Mitwirkende aus unserem Netzwerk und laden zum Kennenlernen, Wiedersehen, und Informieren ein. Dabei sein werden u.a. Ina Klinger, Grit Mustroph, Grit Kessler, Jana Münzner, Ludmilla Hähnert, Karin und Michael Naumann, Heinz und Monika Unger, Denis Röher, Rocco Weigel, Mandy und Tejas Hirsch, Ina Sonar und wir, Ann König und Uwe Reiher.

Für die Erfrischung sorgt unsere Vollwertköchin Sandra Müller mit grünen Smoothies und gesunden Snacks. Wer schon etwas fußmüde ist, den laden wir in den Chill-Out-Bereich von Patrick und Peggy von „Choco del Sol“ – mit ihrer schokoladigen Mayan-Energie – zum Ausruhen und Entspannen ein. Also ein „Herzliches Willkommen“ in Schwarzenberg beim Tag der Sachsen und: „Auf in den Trubel!“

Wir freuen uns auf Euch
Ann König, Uwe Reiher & Freunde



Foto: Petra Schmidt / pixelio.de

TAG DER SACHSEN
SCHWARZENBERG 2013
6.-8. SEPTEMBER



Tag der Sachsen 2013
SCHWARZENBERG

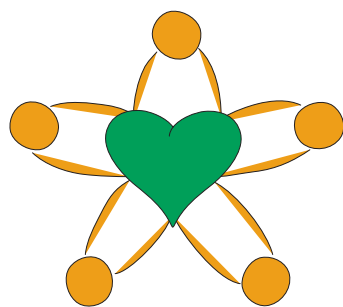
einfach **sagen**haft

Auf den nächsten Seiten findest Du in der **Sonderbeilage** Menschen aus unserem Netzwerk mit ihren alternativen Angeboten u.a. zu den Themen: Gesund werden und gesund bleiben, ganzheitliche Wellness, Vollwerternährung, alternative Werbung, Geomantie, Effektive Mikroorganismen, Alpakas, alternative Energieversorgung und Vermögenssicherung.

Vielleicht ist hier genau das Angebot dabei, was Ihr sucht.

Viel Freude beim Durchschauen.

Netzwerk für Gesundheit, Bewusstsein und Nachhaltigkeit



Miteinander Sein



Im Netzwerk MiteinanderSein ermöglichen wir, Ann König & Uwe Reiher, dass Menschen mit ihren alternativen und ganzheitlichen Denkweisen und Angeboten in allen Lebensbereichen bekannt und gefunden werden sowie sich vernetzen können. Jeder trägt etwas für das Gemeinschaftswohl und für unsere regionale Versorgung bei. Mit dem Netzwerk MiteinanderSein verbinden wir das bio-erzgebirge, das bio-vorerzgebirge sowie das bio-vogtland.

Unsere Angebote:

- Bekannt werden durch Veröffentlichungen in der Zeitschrift INFOBLATT mit Beiträgen, Anzeigen, Adresseinträgen und Veranstaltungstipps (zweimonatig, 6 Ausgaben pro Jahr, Auflage 5000 Stück, Verteilung an über 200 Stellen in Bioläden, Yogazentren, Heilpraxen im Raum Erzgebirge, Chemnitz, Zwickau, Freiberg und Vogtland)
- Flyerverteilung im Rahmen der Infoblattverteilung
- Veröffentlichen von Adressen, Angeboten, Beiträgen, Veranstaltungen und Videos im Internet bei www.miteinandersein.net
- Bekanntmachungen durch 14-tägige E-Mail-Rundbrief an ca. 500 Empfänger
- Erstellen von Flyern, Visitenkarten, Logos und Webseiten
- persönliche Vorstellung bei Netzwerktreffen, Netzwerkkonferenzen und Messen
- Profitieren durch persönliche Empfehlungen im Netzwerk

Kontakt:

Ann König · 08359 Breitenbrunn · Tel. 037756-80696,
Uwe Reiher · 09212 Limbach-Oberfrohna · Tel. 03722-796526
E-Mail info@miteinandersein.net
www.miteinandersein.net



Ganzheitliche Physiotherapie „Lebensfreude“

Mein Name ist Ina Klinger, ich bin Physiotherapeutin, Lebens- und Gesundheitsberaterin, Meridian-Energie-Therapeutin und Aura-Soma-Beraterin. Schon immer hat mich der Mensch in seiner Gesamtheit fasziniert und so habe ich nach meiner Ausbildung als Physiotherapeutin noch in anderen Bereichen „geforscht“, vor allem im Bereich der Traditionellen Chinesischen Medizin. Dabei kam ich immer mehr zu der Überzeugung, dass man die Bereiche Körper, Geist und Seele nicht voneinander trennen kann, das alles miteinander verbunden ist und sich gegenseitig beeinflusst. Ich sehe deshalb meinen Beruf als Berufung an, anderen zu helfen, sich selbst zu helfen.

Meine Angebote:

- Klassische Physiotherapie (alle Kassen und Privat)
- Akupunktur ohne Nadeln (medikamentenfreie Pflastertechnologie)
- Aura-Analyse am Computer
- Aura-Soma-Beratungen (Farb-Licht-Therapie)
- Beratungsgespräche (Lebens- und Gesundheitsberatung)
- Energetische Massagen (zur Anregung der Selbstheilungskräfte)
- Japanisches Heilströmen (als Behandlung oder im Workshop zum Erlernen)
- MET-Klopftchnik (zur Behandlung von körperlichen und seelischen Störungen)
- Vorträge, Kurse, Workshops (Termine unter www.lebensfreude-ina-klinger.de)



Kontakt:

Ganzheitliche Physiotherapie „Lebensfreude“ – Ina Klinger
 Prof.-Dr.-Konrad-Zuse-Str.4 (Vital Schneeberg) · 08289 Schneeberg
 Tel. 03772-3729056
www.lebensfreude-ina-klinger.de



Prana-Zentrum Schwarzenberg – Grit Mustroph

Ich freue mich, im Netzwerk bio-erzgebirge aktiv mitzuwirken. Mein Name ist Grit Mustroph – und ich habe in der Prana-Heilung nach Master Choa Kok Sui sowie in der Psychologischen Beratung meine Lebensaufgabe gefunden. Prana-Heilung ist eine effektive, leicht zu erlernende Methode, mit deren Hilfe im Energiesystem des Menschen (oder auch Tieres) Blockaden aufgespürt und beseitigt werden können, so dass die Selbstheilungskräfte des Menschen wieder aktiviert werden.

Meine Angebote:

- Prana-Heilung (Pranic Healing) nach Master Choa Kok Sui
 - » Vorträge, Seminare und Workshops
 - » Meditationsabende
 - » Übungsgruppentreffen
 - » Zusammenarbeit mit dem Kunsthaus Eibenstock
- Psychologische Beratung
 - » Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson (PMR), Hypnose
 - » psychologische Beratung mit Problemlösungsfindung z.B. bei depressiver Verstimmung, Burnout, familiären Problemen, geringem Selbstvertrauen, usw.
- Sonstiges
 - » Freie Tanzabende



Kontakt:

Prana-Zentrum Schwarzenberg
 Zentrum für selbstbestimmte Gesundheit und Lebensfreude und Psychologische Beratung
 Grit Mustroph · Vorstadt 4 · 08340 Schwarzenberg · Tel. 0173-3822353
www.pранаheilung-erzgebirge.de



Heilpraxis und Heilschulungszentrum für energetische Heilverfahren



Heilpraktiker/Heiler: Michael Naumann
HP Psych./Heilerin: Karin Naumann

Menschen, die sich uns anvertrauen, können über die verschiedenen Ebenen der tatsächlichen Krankheitsverursacher, die oft im Verborgenen liegen und sich überschneiden, aufgeklärt werden. Mit diesem Wissen gelingt es, eine ganzheitliche und ganz persönliche Heilstrategie umzusetzen. Sie werden im Vor-, Mitten- und Nachhinein erstaunt sein, welches die wirklichen Ursachen ihrer Beschwerden sind.



Unsere Angebote:

- Seelisch biologisches Heilen
- Energetische Heilverfahren
- Geistheilung
- Regressionstechniken
- Aurachirurgie
- Reinkarnationstherapie
- Atemtherapie
- Kurse
- Spirituelles Begegnungszentrum

Kontakt:

Heilpraxis Karin und Michael Naumann
Dorfstraße 105, 09212 Limbach-Oberfrohna OT Kaufungen
Tel. 037609-679844
Mail info@heilpraxis-naumann.de
www.heilpraxis-naumann.de

Praxis für ganzheitliche Schmerztherapie



Mein Name ist Dipl.-Med. Hjalmar Baldauf. Als gelernter Facharzt für Orthopädie habe ich neben einer fundierten medizinischen auch umfangreiche alternativmedizinische Ausbildungen absolviert. Meine Privatpraxis für ganzheitliche Schmerztherapie fokussiert sich auf den ganzen Menschen und nicht nur einzelne Organe, Körperteile oder Symptome. Die Wiedererlangung der körperlichen und geistigen Gesundheit als Einheit ist Ziel meiner Therapie.

Meine Angebote:

- Diagnostik und Therapie allgemeiner Stoffwechselstörungen/Mitochondriopathien
- Diagnostik und Therapie von Burnout-Syndrom, ADHS-Syndrom und psychischen Störungen
- Diagnostik und Therapie von Instabilitäten der Wirbelsäule, besonders der Halswirbelsäule
- Osteopathische Behandlungen aller Art, auch bei Babys und Kindern
- Kinesiologie / Psychokinesiologie
- Klassische und moderne Homöopathie
- Akupunktur und Lasertherapie
- Ernährungsberatung / Energiemedizin
- Therapie akuter und chronischer Schmerzen



Kontakt:

Privatpraxis für ganzheitliche Schmerztherapie
Dipl.-Med. Hjalmar Baldauf · Schandauer Straße 43 · 01277 Dresden
Tel. 0351-31909536 · E-Mail doc.007@t-online.de
www.natuerliches-heilen-baldauf.de



AMRYTA – Zentrum für Persönlichkeitsentwicklung

Dem eigenen Wesen gemäß leben und der eigenen Bestimmung folgen – als hinderlich erweisen sich Einstellungen und Haltungen, welche meist durch Erziehung und Erfahrungen (Neudeutsch Konditionierung) entstanden sind. Diese wirken aus dem Unterbewusstsein und lassen uns nur funktionieren. Solche Einschränkungen und Blockierungen zu erkennen, zu lösen und die eigene Lebenskraft wieder in vollen Zügen zu genießen ist Herzensangelegenheit von AMRYTA. Die vielfältigen Methoden bieten dabei sowohl eigenständig wie auch in Kombination sehr gute Möglichkeiten.

Meine Angebote:

- Verbunder Atem – Entspannung erfahren, Energie mobilisieren, Blockierungen erkennen und auflösen
- Meditative Reisen – „Der Reisende ins Innere findet alles, was er sucht, in sich selbst. Das ist die höchste Form des Reisens.“ Laotse
- Reinkarnationsanalyse – Prägungen und Blockierungen aus diesem oder früheren Leben erkennen und die daran gebundene Kraft freisetzen.
- Yoga praktizieren – das Leben meistern; Für innere und äußere Balance.
- Teamkraft, damit optimales Zusammenspiel im Team gelingt – entspannende, kraftvolle Seminare für Teams und solche, die es werden wollen.
- Astrologische und psychologische Beratung in allen Lebenssituationen – Partnerschaft, Erziehung, Beruf, Krankheit, Lebenskrisen



Kontakt:

Jana Münzner · Elterleiner Straße 25 · 08352 Langenberg
Tel. 0162 – 7486264 · E-Mail janamuenzner@web.de
AMRYTA · Karlsbader Straße 2a in Schwarzenberg



Heilpraxis Irina Unger

Als Heilpraktikerin besteht der hauptsächliche Inhalt meiner Therapie in der

Klassischen Homöopathie.

Ich behandle auf der Grundlage Hahnemann und Kent sowie Mohinder Singh Jus.

Eine ergänzende Therapieform ist:

die **Wirbelsäulen- und Gelenktherapie nach Dorn-Breuß**. Diese wende ich bei Bedarf zusammen mit der homöopathischen Behandlung an.

Über die **Fußreflexzonenmassage** versuche ich Heilungsprozesse zu beschleunigen.

In meiner Praxis in Wiesa biete ich auch homöopathische **Hausapotheken-Kurse** für interessierte Laien und auch für Fachleute an.

Meine **telefonischen Sprechzeiten** sind:

Montag bis Freitag von 07:00 bis 08:30 Uhr

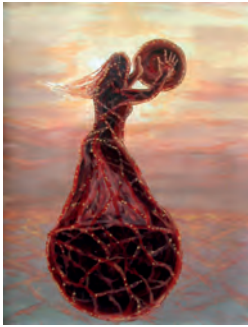


Kontakt:

Irina Unger
Talstraße 30 · 09488 Thermalbad Wiesenbad OT Wiesa
Tel. 03733-41 96 16



Heilpraktikerin für Psychotherapie, Heilerin, Tanztherapeutin (DanseVita)



Ich bin Ines Schmidt und 49 Jahre alt, verheiratet und habe zwei erwachsene Söhne. Nach 20-jähriger Tätigkeit im Justizdienst und mehreren Aus- und Weiterbildungen orientierte ich mich im Jahre 2009 beruflich um und bin seitdem als schamanische Heilerin, Tanztherapeutin und Heilpraktikerin für Psychotherapie freiberuflich tätig. Zur Zeit befinde ich mich in Ausbildung zur Traumatherapeutin.

Meine Angebote:

- Psychotherapie
- Schamanische Arbeit
- Tanztherapeutische Einzelarbeit
- DanseVita Tages- und Abendseminare, jeweils individuell gestaltet zu verschiedenen Themen (Vitalisierung, Beweglichkeit, Aktivierung der Lebensfreude und Lebendigkeit, Identität, Selbstwert, Kreativität, Trance, Bournout- und Depressionsprophylaxe, Teambildung u.a.)

Alle Seminare können separat durch Firmen/Institutionen/Gruppen gebucht werden.

Kontakt:

Ines Schmidt · Heilpraktikerin für Psychotherapie
09235 Burkhardtsdorf/Meinersdorf · Schulstr. 16
Tel. 03721-2635363 · Handy 01633118212
E-Mail matoaka.ines@gmx.de
www.tanz-im-system.de



Ganzheitliche Wellness für Körper, Geist und Seele



Ich bin Mario, Baujahr 1970. Seit 2000 beschäftige ich mich intensiv mit dem Wissen zur (sinnlichen) Berührung, besuchte verschiedene Seminare und machte 2005 meine Berufung zum Beruf. Des Weiteren beschäftige ich mich mit Wasser – wie man es reinigt und die Qualität des Wassers verbessern kann. Das ganze rundet das System Nahrungsergänzung V3 (aufbauen, stärken, zirkulieren) von Synergy ab. Freitags bin ich oft im Begegnungshaus zum Meditieren, www.h-a-r-m-o-n-i-e.de/haus-der-begegnung-eins-mit-sich-selbst/, dort bieten wir ganz NEU das Quandos-Energie-Treffen an, die Energie, die lebendig macht! Weitere Infos unter: www.h-a-r-m-o-n-i-e.de -> Haus der Begegnung EINS mit sich SELBST -> QUANDOS Treffen für deine Gesundheit

Meine Angebote:

- Wellness, Energiearbeit, ganzheitliches Wellness
- Ganzkörper-Energiemassage, Russisch-Tibetische Honigmassage
- Schokoladen-Massage – ein Genuss ohne Reue, individuelle sinnliche Ganzkörpermassage, sinnliche Tantramassage, die sinnliche Reise für Zwei, Freundinnen-Massagen, Paarmassage, Ölmassage
- auf Wunsch bei Dir zu Haus oder im Begegnungshaus Nähe Schöneck
- Erkenntnisse der Quantenheilung, Chakrenarbeit, Reiki-Sitzungen
- Workshops, Nahrungsergänzung V3 Synergy
- Wasser ist Leben: Teste dein Wasser bei uns im Labor, das was du am liebsten trinkst und aus deinem Wasserhahn.

Kontakt:

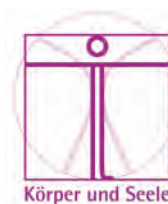
Wellness-Mobil Mario · Tel. 037421-39403
www.h-a-r-m-o-n-i-e.de



Praxis für ganzheitliche Medizin Heike Ehrhardt

Ihre Spezialisten für:

- Klassische Naturheilverfahren, Physiotherapie
- Osteopathie, visceral, parietal, cranio sacral
- Kinderosteopathie
- Manuelle Therapie, Chiropraktik
- Neuraltherapie
- Biologische Krebstherapie
- Ernährungstherapie
- Immuntherapie (Allergien)
- Dunkelfeldmikroskopie
- Colonhydrotherapie, Darmsanierung
- Sportlerbetreuung
- Psychotherapie, Burnout-Therapie
- Biolifting, Hyaluron
- u.v.m. auf unserer Internetseite



**Praxis
für ganzheitliche
Medizin**



Kontakt:

Heilpraktikerin Heike Ehrhardt und Team
Hohensteiner Straße 6 · 09366 Stollberg
Tel. 037296-549830
www.naturheilverfahren-stollberg.de

Niehoff Alpakas – das Vlies der Götter in Raschau im schönen Erzgebirge

Längst sind Alpakas als Nutztiere anerkannt. Sie dienen der Landschaftspflege und werden ebenso zu Therapiezwecken für kranke Kinder und Erwachsene eingesetzt. Weiterhin wird die Wolle der Alpakas, das „Vlies der Götter“ hoch geschätzt. Die daraus gefertigten Produkte erfreuen sich großer Beliebtheit. Wir, Roland und Helga Niehoff, haben uns in die stolzen Tiere verliebt, in ihre großen schwarzen Augen, in ihre Anmut und Grazie. Wir laden Sie von Herzen ein, mit uns das Wesen dieser schönen Tiere kennenzulernen.

Unsere Angebote:

Alpakastunde mit Vorstellung der Alpakas und dem unmittelbaren Kontakt in der Stutenherde mit den Fohlen, Alpakas selbst an die Leine nehmen, Kennenlernen der Alpakawolle und der daraus gefertigten Produkte

Möglichkeiten der Alpakatherapie

- Optimierung der Selbst- und Fremdwahrnehmung, Abbau von Ängsten
- Verbesserung der Kommunikation auf verbaler und nonverbaler Ebene
- Steigerung des Selbstwertgefühls und des Selbstvertrauens
- Verbesserung der Konzentration, Aufbau sozialer Kompetenzen
- Wahrnehmung und Akzeptanz von Regeln und Grenzen
- bei Sprach-, Verhaltens- und Wahrnehmungsstörungen, Autismus, AD(H)S
- bei körperlichen und/oder geistigen Behinderungen, Gewalterfahrungen

Produktverkauf – Wolle, Betten, Pullover, Socken, Handschuhe, Mützen



Kontakt:

Niehoff Alpakas, Inhaber Helga Niehoff
Bergsiedlung 15 · 08352 Raschau-Markersbach
Tel. 03774-820584 · Handy 0152-29587234
www.niehoff-alpakas.de



Vollwertkochen im Erzgebirge



Ich heiße Sandra Müller und bin leidenschaftliche Köchin im vollwertigen Sinn. Einfache Rezepte mit möglichst unverarbeiteten biologischen Zutaten, wenn möglich direkt aus dem Garten, sind mir dabei wichtig.

Durch das Selbst-Zubereiten, die besondere intensive Geschmackserfahrung und durch weitreichende Erkenntnisse über die Zusammenhänge von Ernährung und Gesundheit werden Sie in meinen Koch- und Backkursen viel Freude an einer vollwertigen natürlichen Ernährung erleben. Bekannt bin ich für meine Brotbackkurse, in denen jeder erlernen kann, wie einfach die Herstellung eines originalen Sauerteigbrotes aus frisch gemahlenem Vollkorn ist.

Meine Angebote:

- Vermittlung von Grundlagen einer gesunden Ernährung
- Beratung und praktische Kochkurse in Schulen und Einrichtungen
- Umstellung gastronomischer Einrichtungen auf zeitgemäße vollwertige Kost
- Brotbackkurse – Brot backen mit Sauerteig, vom Korn zum Brot, die natürlichste Art Brot zu backen

Kontakt:

Vollwertkochen – Erzgebirge · Sandra Müller
 Vollwertköchin und Ernährungsberaterin i.A.
 Hammerleithe 15 · 08359 Breitenbrunn
 Tel. 0172 – 7942419 · E-Mail vollwertkochen-erzgebirge@gmx.de
www.vollwertkochen-erzgebirge.de



Guidohof – Unser Demeter-Hof in Sachsen



Wir haben vor über 20 Jahren den Bauernhof in Uhlsdorf erstanden. Unser Drei-Seiten-Hof liegt im landschaftlich schönen Muldental bei Limbach-Oberfrohna. Vor 10 Jahren konnte die erste **Ökokiste** in unserer Region zugestellt werden. Heute beliefern wir in der Woche rund 700 Haushalte in Süd-West-Sachsen bis zum östlichen Vogtland mit frischem Bio-Obst und -Gemüse. Dafür bewirtschaften wir rund 30 Hektar nach den strengen Demeter-Richtlinien mit Feld- und Feingemse, Kartoffeln, Getreide, Grnland und Wald. Im Besonderen backen wir Brot und Brötchen im altdeutschen Holzbackofen – nach original bäuerlicher Tradition. Weitere Angebote von Partner-Hfen machen unser Sortiment komplett. Wir laden alle herzlich ein, uns persönlich kennenzulernen. Nutzen Sie dazu unsere Hofladenffnungszeiten.

Unsere Angebote:

Obst und Gemüse, selbstgebackenes Holzofenbrot, weitreichendes ergänzendes Angebot an Lebensmitteln und Kosmetik – natürlich alles in 100 Prozent Bio-Qualität.

Unser Hofladen hat zu folgenden Zeiten geöffnet:

Dienstag: 15:00 Uhr bis 19:00 Uhr
 Freitag: 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr sowie 14:00 Uhr bis 19:00 Uhr
 Samstag: 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr

Kontakt:

Guidohof · Am Ullersberg 31 · 09212 Limbach-Oberfrohna
 Tel: 037609 – 5433 · Fax: 037609-50764
 E-Mail info@guidohof.com
www.guidohof.com



Restaurant „Vitaler Hirsch“

Idyllisch gelegen im Crimmitschauer Ortsteil Gablenz liegt unser kleines, familienbetriebenes Landhotel im Westen des Zwickauer Landes. Unser rustikales Restaurant „Vitaler Hirsch“ lädt ein zum Entspannen in netter Runde. „Vitaler Hirsch“ repräsentiert unsere Lebenseinstellung. So steht „Vital“ für unsere gesunde und natürliche Art zu leben und „Hirsch“ für unsere eigene Wildtierfarm.

Angebote:

- Hotel mit eigenem Restaurant
- Hirschspezialitäten aus biologischer, ökologischer Zucht
- vegetarische & vegane Speisekarte
- Familienfeiern / Betriebsfeste / Seminare
- Full-Service oder Raumvermietung
- Überdachte Sonnenterrasse
- Auslieferung / Catering möglich
- Kuchen & Eissorbet hausgemacht
- Rohkost-Köstlichkeiten auf Vorbestellung
- Kochtreffs / Zubereitungskurse / Fastenwochenenden / Yogakurse
- Kulinarisches Erlebniswochenende für Verliebte



Kontakt:

Restaurant „Vitaler Hirsch“ · Bio-, Vegi- + Wild Spezialitätenküche
im Landhotel Sperlingsberg · Mandy Hirsch · Sperlingsberg 2 in 08451 Crimmitschau OT Gablenz
Tel. 03762-945670 · E-Mail landhotel@sperlingsberg.de
www.sperlingsberg.de

EM Sachsen – Effektive Mikroorganismen

Willkommen in der Welt der Effektiven Mikroorganismen, kleine Helfer mit großer Wirkung.

Für Haushalt, Garten und Wohlbefinden.

Die perfekte Symbiose der Effektiven Mikroorganismen erzeugt regenerative Kräfte, die in unterschiedlichen Milieus ganz überraschende Wirkungen entwickeln.

Angebote:

- EM Garten- und Bodendünger
- EM Haushaltsreiniger
- EM Bio-Teichpflege
- EM Bio-Körperpflege
- EM Bio-Nahrungsergänzung



Kontakt:

EM-Sachsen GbR · Franz Kapser & Tatjana Fink
Oederaner Str. 14 · 09661 Hainichen
Tel. 037207-48155 · E-Mail info@em-sachsen.de
www.em-sachsen.de

Energietechnik Unger



Seit über 25 Jahren im Dienste unserer Kunden bieten wir Ihnen seit 2001 Systemheiztechnik mit Einbindung alternativer Energien an. Diese Systeme helfen Ihnen, Energie zu sparen, und sie haben jederzeit die Möglichkeit, durch Erweiterung die Heizung optimieren zu können. Wir bieten kompletten Service rund ums Haus aus einer Hand, mit Beratung zu Fördermitteln sowie energie- und wassersparenden Systemen. Mit uns bauen Sie für die Zukunft.

Meine Angebote:

- Solaranlagen
- Holz- und Pelletheizsysteme
- Speichersysteme
- Wärmepumpen
- Bäder
- Sanitärinstallation
- Wasserpumpen, Haus- und Regenwasseranlagen
- Wartung aller Heizungsanlagen

Alle Produkte bieten wir auch als Selbstbausysteme mit fachgerechter Betreuung und Garantie an.

Kontakt:

Energietechnik Dipl.-Ing. (FH) Heinz Unger
 Thalheimer Straße 6 · 09387 Jahnsdorf · Tel./ Fax: 03721-23698
 E-Mail info@energietechnik-unger.de
www.energietechnik-unger.de



Vertriebsagentur Hähnert – Fairaurum Edelmetalle



FAIRAURUM
 EDELMETALLE

FAIRNESS ist unser Anspruch



Mein Name ist Ludmilla Hähnert. Ich bin seit drei Jahren aktives Mitglied im Netzwerk bio-erzgebirge. Ich möchte mit meinem Mitwirken in dieser Gemeinschaft viele Menschen erreichen, die sich mit dem Thema Wertesicherung beschäftigen. Menschen, die erkennen, dass unser Wertesystem im Finanzbereich sich total verändert hat und jeder selbst Vorsorge für seine Zukunft treffen sollte. Die älteste und stabilste Währung ist seit fast 3000 Jahren Gold. Ich helfe Menschen in Gesprächen, sich auf die wahren Werte zu besinnen.

Meine Angebote:

In unseren beiden Niederlassungen „SecurityPoint24“ in Chemnitz und Schwarzenberg beraten wir Sie gern zum Thema Sicherheit bei Sachwerten und Geld. Auch können Sie sich bei verschiedenen regionalen Verbraucherinformationen zum Thema „Geld und Gold“ informieren, wo wir kompetente Referenten einladen, wie z.B., Herrn Franz Herrmann, Vorstandsvorsitzenden vom Bund der Sparer e.V.

Es liegt uns am Herzen, dass unsere Kunden wissen, wo unser Gold bei „Fairaurum“ herkommt. Dazu laden wir regelmäßig zu unseren Verbraucherinformationen mit unseren Edelmetallhändler, die Goldbarthers GmbH und den Inhaber der für uns produzierten Raffinerie „ISGOLD“, Herrn Erdogan Asik, aus Istanbul ein.

Kontakt:

Vertriebsagentur Hähnert, Ludmilla Hähnert · Talstraße 6
 08340 Schwarzenberg · Tel. 0377423957 · Mobil 016097075437
 E-Mail haehnert@sectra.de
www.fairaurum.de und www.securitypoint24.net/l.haehnert



Manufaktur-Medien – Grafik & Webdesign – Uwe Reiher

Seit dem Jahr 2000 gestalte ich, Uwe Reiher, Drucksachen und Webseiten. Dabei habe ich mich intensiv mit der (un)bewussten und energetischen Wirkung von Werbung bzw. Gestaltung auf den Menschen beschäftigt. Meine Arbeit besteht in der **harmonischen** Vermittlung von **wesentlichen** Informationen. Gemeinsam mit Ihnen finde ich das Wesentliche Ihres Produktes oder Ihrer Dienstleistung heraus und entwickle auf dieser Basis ein Konzept, das auf Ganzheitlichkeit, Einfachheit und Klarheit beruht. Diese Arbeit bringt das ans Licht, wofür sie mit **Herz und Seele** stehen. Für die harmonisierende Wirkung dienen mir als Grundlagen der „Goldene Schnitt“, die „Fibonacci-Reihe“ und weitere Elemente der „Heiligen Geometrie“ – alles Prinzipien, die wir in der Natur als grundlegende Bausteine allen Lebens wiederfinden.

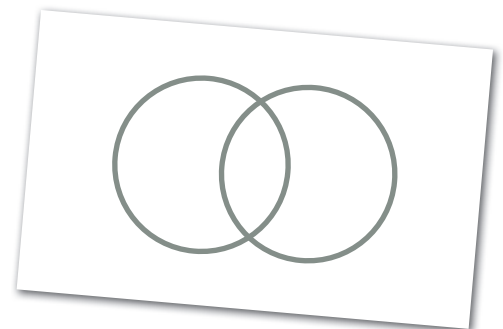
Meine Angebote:

- Logodesign
- Printdesign – Gestaltung von Zeitschriften (INFOBLATT) und Magazinen, Katalogen, Visitenkarten, Anzeigen, Flyern, Plakaten, Briefbögen, Eintrittskarten u.v.m.
- Webdesign – Gestaltung von Internetseiten
- Webhosting – Bereitstellung von Speicherplatz für Ihre Webseiten



Kontakt:

Manufaktur-Medien · Inhaber Uwe Reiher
 Albertstraße 23 · 09212 Limbach_oberfrohna
 Tel. 03722-817618 · E-Mail info@manufaktur-medien.de
www.manufaktur-medien.de



animae mundi – Geomantie – Uwe Sachse

Mit der Wissenschaft der Geomantie können wir Menschen einen lebendigen, harmonischen Lebensraum erschaffen, der uns gesünder, glücklicher und erfolgreicher leben lässt. Als Geomant berücksichtige ich diejenigen Seinsformen und bringe sie in lebendigen Zusammenhang, die wir in den zurückliegenden Jahrhunderten verdrängt haben. Dazu gehören Bereiche wie die Eigenintelligenz der Natur, die individuellen Charakteristika eines Ortes, aber auch meist unbewusste energetische Raumwirkung, die langfristig das Wohl von Menschen oder Unternehmen beeinflussen.

Geomantieseminare September/Oktober 2013

- **Die Spiegelung innerer und äußerer Landschaften** vom 6.-8. September, Dozentin Juliane Viktoria Scholz
 - **Das magische Handeln** vom 20.-22. September, Dozent Uwe Sachse
 - **Kraftquelle Garten** vom 3.-6. Oktober, Dozenten Uwe Sachse und Kräuterfrau Barbara Erler
 - **Farbe als Quelle der Kraft** vom 24.-26. Oktober, Dozentin Beatrice Vormwald
- Geomantie-Ausbildung 2014/2015
 Ausbildung zum Naturcoach 2014

Weitere Infos unter www.animae-mundi.de oder direkt in der Seminarbroschüre 2013 (bitte kostenlos anfordern).



Kontakt:

Uwe Sachse · Am Vorwerk 39 · 09244 Lichtenau
 Tel. 037208/877890 · E-Mail mail@animae-mundi.de
www.animae-mundi.de

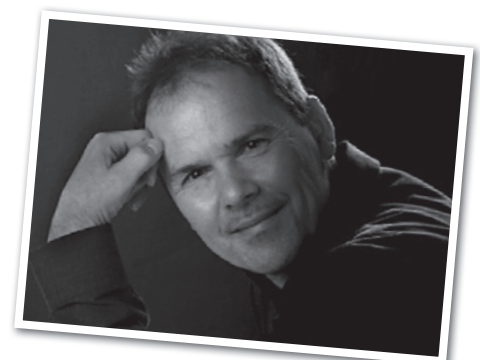




Foto: Dr. Klaus-Uwe Gernhardt / pixelio.de

Gartentipp Spätsommer im Biogarten

von Uwe Böhm

Der schöne bunte Sommerflor hat lange auf sich warten lassen im Erzgebirge. Endlich ab Juli ein Lichtblick. Endlich warme Sommernächte, Sonne und heiße Temperaturen. Das ist aber nach der langen lichtarmen Zeit im Frühjahr und „Vorsommer“ auch Stress. Dazu wirkt das viele Wasser, was uns im Mai / Juni beglückt hat noch nach. Die Böden sind zum Teil immer noch satt. Es fehlt massiv Luft im Boden. Mancher von uns wird festgestellt haben, dass viele fruchtragende Sträucher und Bäume erbärmlich aussahen und noch aussehen. Die meisten Nadelbäume und viele Laubbäume dagegen strotzen von Saft. Alle Flachwurzler, die sonst meist mit wasserarmen Frühjahren zu kämpfen hatten, haben profitiert, da die oberste Bodenschicht reichlich vom Lebenselixier Wasser hatte.

Die meist auf verhärteten Untergründen stehenden Obstbäume und Beerensträucher dagegen bekamen regelrecht den Untergrund abgeriegelt. Sonst war im Juli am Morgen alles trocken. Dieses Jahr kannte auch der Juli den Tau. Die viele Feuchtigkeit führt bei allen anderen Problemen nun bis in den Herbst hinein zu einer erhöhten Gefahr von Pilzkrankheiten und der Vermehrung von Schädlingen. Mehltau z. B. tritt dieses Jahr schon relativ zeitig auf. Gegen Pilzkrankheiten gibt es einige Hausmittel, wie z. B. Schachtelhalmextrakt oder bei Befallsbeginn auch das Spritzen mit einem Milch-Wasserextrakt (Mehltau). Wichtig dabei ist, dass kontinuierlich gearbeitet wird. Es gibt darüber hinaus auch gute Naturmittel wie Niemöl oder ein Sud aus Niempresskuchen- oder samen. Niem stammt zwar nicht aus Europa, ist jedoch ein wunderbares Mittel gegen Pilze, Schädlinge, Schnecken, Viren und in der Zersetzung noch förderlich für einen gesunden Boden. Dabei sind die Rohstoffe, wenn auch - wie so oft - von der Industrie mit Achtungszeichen versehen, wirksamer als Mixturen, die zusätzlich mit chemischen Wirkstoffen versetzt wurden. Wer zusätzlich gegen Pilzkrankheiten Lebermoosextrakt einsetzt, hat noch bessere Erfolge. Übrigens sind Niem und Lebermoos auch bei Hautkrankheiten wunderbare natürliche Hilfsmittel. In solch nassen und kalten Jahren, wie 2013, wird Kalzium verstärkt aus den obersten Bodenschichten gespült, damit fehlt es zum Aufbau der Blatt- und Zellstruktur. Hier helfen Spritzungen mit hochfeinem Kalzium, wie z.B. Actical, um das auszugleichen. Dabei reichen 100 g für mindestens 20 l Spritzbrühe. Vergesst bitte nicht, etwas mit Grünmulch zu arbeiten und mit sanfter Bodenbearbeitung Luft in den Boden zu bringen. Somit gehen unsere Pflanzen gestärkt in den schönen Spätsommer und Herbst.

Dipl.Ing. Uwe Böhm · Hohndorf
Tel. 03725 - 4499702 · www.natur-concepts.de

Trommeln - Balsam für die Seele

Die Trommel ist eines der ersten Musikinstrumente der Menschheit und blickt auf eine Geschichte von über 8000 Jahren zurück. Die Trommel wurde nicht nur bei Zeremonien und Stammestänzen gespielt, sondern diente auch als Kommunikations- und v.a. Heilmittel. Bereits die alten Schamanen wussten um die heilsame Wirkung des Trommels. Trommeln beruhigt und belebt zugleich, Trommeln macht den Kopf frei. Trommeln macht glücklich.

Unser Körper reagiert sensibel auf Schwingungsmuster von außen. Das merken wir nicht nur im feinstofflichen Bereich wie z.B. beim Partner, der mit uns auf einer „Wellenlänge“ liegt, sondern auch besonders „sichtbar“ bei der Musik. Wir alle kennen das wohlige Gefühl, wenn wir mit einem Musikstück, einer Melodie oder einem Rhythmus in Resonanz sind. Das resultierende Glücksgefühl manifestiert sich schnell in dem Drang zum Mitsingen oder Tanzen.



Die Trommel berührt Menschen in ihrem Innersten. Sie erinnert an den Herzschlag von Mutter Erde. Schon im Mutterleib hören wir von Anbeginn auf den Herzschlag unserer Mutter, der uns Geborgenheit und Sicherheit vermittelt. Wenn wir trommeln, werden wir intuitiv wieder an diese Geborgenheit erinnert, wir fühlen uns angenommen, sind ganz bei uns und unsere umherschweifenden Gedanken verschwinden sofort. Wir werden wieder ins Hier und Jetzt gebracht, und das tut uns unheimlich gut.

Willst auch Du die wundersame Kraft des gemeinschaftlichen Trommels erleben? Dann sei einfach mit dabei beim monatlichen Trommeltreff – ab September 2013 jeden ersten Freitag im Monat um 19:00 in Schwarzenberg. Idealerweise solltest Du dafür ein grundlegendes Rhythmusgefühl und Spaß am Musizieren haben. Das Mitbringen einer eigenen Trommel (Djembe, Bongo, Darbuka o.ä.) wäre perfekt.

Alle Infos und Anmeldung bei Denis Röher:
Dz: 0172-7944847

Raum Vogtland

Gesundheitsberaterin Mandy Goller – Praxisorientierte Neue Homöopathie, Gesundheits- und Ernährungsberatung, Säure-Basen-Haushalt, Arbeit an: Allergien, Mykosen, Augen, Psyche, Wirbelsäule, Schmerzen, Vorträge und Workshops ☒ Dorfstädter Straße 3, 08223 Falkenstein ☎ 03745-751395 & 0162-9435657 · E-Mail: mandy.goller@web.de

Carina Leithold – kreative & natürliche **Fotoshootings** Fotografie als Spiegel und Ansatz zu neuem (Selbst-)Bewusstsein; fotogr. Therapie-, Seminar- u. Reisebegleitung; Tierfotografie; Mandalas; Seelenbilder; Bildlizenzen; Gestaltung von Printmedien ☒ 08262 Muldenhammer ☎ 037465-40535 www.gluecksbegleiterin.de

Raum Aue/Schneeberg

Kunsthau Eibenstock, Inh.: Kerstin & Wolf-Dietrich Schreier, Zentrum für selbstbestimmte Gesundheit, Kunst und Lebensfreude Konzertreihe „live im Kunsthaus“, Vorträge u. Workshops, Tanzkurse, Yoga, Pranaheilung, Musik- und Kreativkurse ☒ Ludwig-Jahn-Str. 12, 08309 Eibenstock (Nähe Sportplatz), ☎ 037752-50420 · www.kunsthau-eibenstock.de

Heilpraktikerin Ina Sonar · Klassische Homöopathie, Wirbelsäulen/Gelenktherapie nach Dorn & Breuß, ☒ Panoramablick 2, 08315 Bernsbach ☎ 03774-3379779 www.inasonar.vpweb.de

Ganzheitliches Gesundheitsstudio Katrin Zehm · Kundalini-Yoga, Ayurveda, ganztgl. Gesundheitstraining in Aue und Schwarzenberg ☒ Zschorlauer Straße 7, 08280 Aue ☎ 03771-2176565 · E-Mail: ans.aue@freenet.de

Aesculap-Apotheke Aue, Apotheker Steffen Quellmalz e.K., Vitalstoffmischungen, Homöopathie, Haar-Mineralstoffanalysen, Umweltanalysen, computergestützte Hautanalyse und Anfertigung individueller Kosmetik, ☒ Schwarzenberger Str. 7, 08280 Aue, ☎ 03771-551258, www.apotheke-aue.de

Yoga-Zentrum-Schneeberg, Evelyn Schmuck, Yoga-Lehrerin BYV, Lebensberaterin, tibetische Klangschalenarbeit, Geistiges Heilen (Impulsarbeit®), Kabbala-Lebens- und Partnerschaftsanalysen, ☒ Gartenstraße 10, 08289 Schneeberg, ☎ 03772-382563, www.yoga-in-schneeberg.de

Ganzheitliche Physiotherapie Ina Klingner, Klass. Physiotherapie, Aura Soma Beratung, Auranalyse am Computer, Energetische Massagen, Japan. Heilströmen, Meridian-Klopf-Technik, Lebensberatung, Vorträge u. Workshops ☒ Prof.-Dr.-Konrad-Zuse-Str. 4, 08289 Schneeberg, ☎ 03772-3729056, www.lebensfreude-ina-klingner.de

Katja Reither, Gesundheits- & Wellnessberatung, Anwendung von alternativen Nahrungsergänzungsmitteln wie Colostrum, Aloe Vera & Reishi, BodyBalance Kurse nach Les Mills in meiner Tanzschule; Networking für Wellness- & Gesundheitsexperten, ☒ Alter Mühlberg 21, 08289 Schneeberg, ☎ 0162-7423360, Mail: info@tanzprojekt-kor.de

Christine Lukaschek, BIODANZA in Schwarzenberg im Prana-zentrum (Str. d. Einheit 55), in Plauen im Yaguna-zentrum (Morgenbergstr. 19), in Chemnitz im Yogazentrum (Ritterstr. 19) ☒ Ostsiedlung 3, 08294 Löbnitz, ☎ 0177-7219150, www.biodanza-chemnitz.de

Raum Schwarzenberg

Jana Münzner, Beraterin in Psycho-Somatischer Medizin, Anleitung zu Erfahrungen mit dem Verbundenen Atem, Geführte Meditation, Rückführungen/Reinkarnationsanalyse, ☒ Elterleiner Str. 25, 08352 Raschau OT Langenberg, ☎ 0162-7486264, E-Mail: janamuenzner@web.de

BioMARKT Schwarzenberg & Bistro, Gertraud Drechsel, Bio-Vollsortiment, Treffen und Vorträge, Serviceleistung: Käse- u. andere Platten, Antipasta; Produktvorstellungen, Verkostungen, Veranstaltungen, Vorträge, ☒ Straße d. Einheit 115, 08340 Schwarzenberg, ☎ 03774-1744710, www.biomarkt-schwarzenberg.de

Anett Choulant, Naturheilpraxis, Yoga-Zentrum, Ernährungsberatung, Transformations-Therapie nach Robert Betz, Systemische Aufstellung, Fasten ☒ Robert-Koch-Str. 16A, 08340 Schwarzenberg, ☎ 03774-336861, www.yoga-erz.de

PRANAzentrum Schwarzenberg, Grit Muströph, Pranaheilung nach Master Choa Kok Sui, Behandlungen, Infovorträge, Seminare ☒ Vorstadt 4, Schwarzenberg, ☎ 0173-3822353, www.pranaheilung-erzgebirge.de




Vitalzentrum Schwarzenberg, Jana & Andreas Müller, Osteopathie, Heilpraktiker für Physiotherapie, ganzheitliche Physiotherapie, Yoga, Bewegung, Dorn & Breuss, HotStone, Fußzonen-Massagen, Massagen, Säure-Basen-Haushalt, ☒ Anton-Günther-Str. 1, 08340 Schwarzenberg, ☎ 03774-25907 www.vitalzentrum-schwarzenberg.de

Vertriebsagentur Hähnert, Ludmilla Hähnert, Vermögenssicherung, Edelmetallspezialistin, ☒ Talstraße 6, 08340 Schwarzenberg, ☎ 03774-23957, 016097075437, E-Mail: haehnert.auto@online.de, www.haehnert.net

HME RAUMKonzept - Himmel-Erde-Mensch, Peggy Witzki, geprüfte Feng Shui-Beraterin, Leben u. Wohnen im Einklang mit Geist+Seele, Raum+Zeit, Himmel+Erde. Der Mensch steht dabei im Mittelpunkt. ☒ Ludwig-Jahn-Straße 15, 08340 Schwarzenberg OT Pöhla, ☎ 03774-824744, www.hme-raumkonzept.de

Veranstaltungstipps August/September 2013

datum/zeit	veranstaltungen August/September	ort
1.8./8.8.	jeweils 19 Uhr, Kurs PMR (Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson)	Prana Zentrum Schwarzenberg Vorstadt 4
9./10.8.	Prana 1 Grundlagenseminar Prana-Heilung	
10.9.	Infovortrag Pranaheilung im Kunsthaus Eibenstock, 5€	
11.9.	Infovortrag Pranaheilung in Lauter (Ort nachfragen)	
21.9.	17 Uhr Freier Heilungsabend , 19 Uhr Zwei-Herz-Meditation <i>Infos und Anmeldung bei Grit Mustroph, ☎ 0173-3822353, www.pranahheilung-erzgebirge.de</i>	
3.8./14-19 Uhr	Workshop Die Zyklen deines Lebens - Gewohnheiten JA oder NEIN? Überwinde körperliche und geistige Abhängigkeiten, mache deine schöpferische Kraft nutzbar und reguliere dein Drüsensystem, Wert 60 € mit Kundalini-Lehrerin Katrin Zehm , ☎ 03771-219117, E-Mail: ans.aue@freenet.de	Yoga-Studio Aue Zschorlauer Str. 72 Aue
4.8.	nachmittags Einweihung „Tipi Sternenzelt“ mit Spielen, Märchen erzählen und Kräuterwanderung (10€ Erwachsene, 7€ Kinder, Beginn 14 Uhr), mit Hendrik Heidler, www.tipi-sternenzelt.de	Waldcamping Erzgebirgsbad Am Berghausweg 5 Thalheim
25.8.	Sommer, Sonne, Yoga Wonne – Yoga unter freiem Himmel , 10-11:30 Uhr und 13-14:30 Uhr, mit Nicole Uhlig, www.rajayoga-chemnitz.de, Preis 20 €	
21.9./14 Uhr	Indianische Schwitzhütten-Zeremonie , nach d. Tradition von Sun Bear und dem Bärenstamm, mit Holger Röhle, Preis 20 € <i>Infos und Anmeldung bei Steffen Seim und Sofia Schröter, ☎ 03721-265033, www.waldcamping-erzgebirgsbad.de</i>	
5.8./2.9. 18:30 Uhr	Stammtisch „natürlich – Menschen helfen Menschen“ Thema 5.8. Verbesserung und Aufbau der Seh- und Hörfähigkeit , Drüsenübungen mit Angelika Sändig, Kosten 5 € Thema 2.9. bitte im www.bio-erzgebirge.de nachschauen <i>Infos bei Angelika Sändig 037344-7422</i>	Café Anna Neudorfer Str. 282 E Crottendorf
7.8. & 4.9.	Verbundener Atem , jeweils 18:30 Uhr	AMRYTA Zentrum für Persönlichkeitsentwicklung Karlsbader Str. 2a Schwarzenberg
21.8. & 18.9.	Verbundener Atem , vormittags, jeweils 9 Uhr	
31.8. & 27.9.	Einladung zum SADHANA mit Yoga und Meditation in ein kraftvolles Wochenende , Beginn: 5 Uhr mit den Kundalini-Yoga-Lehrern der Region, mit Katrin Zehm und Jana Münzner	
5.10.	Samstag für Paare „Den Partner neu entdecken, frischen Wind und Lebendigkeit in die Partnerschaft bringen“ <i>Infos u. Anmeldung bei Jana Münzner, ☎ 0162-7486264, janamuenzner@web.de</i>	
7.8./18:00	Kochtreff mit Thermomix , Sonnenhof im Paradiesgrund, Lauenhainer Weg 35, 08451 Crimmitschau OT Gablenz	
21.9./9:30 Uhr 28./29.9.	Vollwert-Kochkurs , Backstube Weißbach, Schwarzenberg, Kosten 30€ Thermomix-Messestand mit tollen Kostproben und Angeboten, Messe Zwickau „Aktiv & Vital“ <i>Infos und Anmeldung mit Sylvie Lutz ☎ 03774-505668, www.biohummel.de</i>	
10./11.8.	AIRBRUSH – Kurs Anmeldung bei Daniela Junghans (Diplom-Airbrush-Designerin), junghans.djs.art@gmail.com, ☎ 0174-2419688, Kosten 160 €	 Kunsthaus Eibenstock Ludwig-Jahn-Str. 12, Eibenstock
12.8./9.9. jew. 17 Uhr	Freier Heilungsabend , kostenlose Prana-Sitzung durch zertifizierte Anwender, nur mit Anmeldung s.u.	
22.8. 19 Uhr	Vortrag „Peru – Auf den Spuren der Inkas“ Vortrag mit Kerstin & Wolf-Dietrich Schreier	
26.8./23.9. 31.8./10-18 Uhr	jeweils 19:00 Friedensmeditation offener Abend Seminar „Qi Gong – HUI CHUN GONG – Die Wiederkehr des Frühlings“ mit Patricia Gulde, 16 nur selten gelehrt, spielend leicht zu praktizierenden Übungssequenzen, gehören zu den besonderen Schätzen der inneren Alchemie des Daoismus. Sie entwickeln eine deutliche Wirkung auf unsere Vitalität und Jugendlichkeit. Daher werden sie auch als Verjüngungs-Qi-Gong bezeichnet. Sie sind in kürzester Zeit erlernbar. Ohne Vorkenntnisse. Anmeldung bis 23.8.13, Kosten: 110 € <i>Infos und Anmeldung bei Kerstin Schreier, ☎ 037752-50420, www.kunsthaus-eibenstock.de</i>	
10./11.8. jew. 12-17 Uhr	Seminar Die homöopathische Hausapotheke mit Heilpraktikerin Ina Sonar (siehe Anzeige Seite 5)	 Astrids Bewegungsland Annabergerstr. 56 Schönfeld
16.8./20.9.	Meditationsabend , 19 Uhr	
20.8./17.9. ab 26.8.	Reiki Gruppenabend	
ab 5.9.	Qi Gong Grundkurs Teil II , 19 Uhr Start Eltern-Kind und Kinderkurse <i>Infos und Anmeldung bei Astrid Halm, ☎ 03733-556963, www.astridsbewegungsland.de</i>	
ab 12.8./18-19 Uhr	Kursbeginn Entspannungstraining (PMR) , In 8 Kurseinheiten von je 60 Min. erlernt ihr das Entspannen durch Anspannen, denn das ist das Wirkprinzip der progressiven Muskelentspannung. Außerdem gibt es viele alltagstaugliche Tipps, Atemübungen... und Infos über weitere Methoden. Kosten: 80 € p.P. (Erstattung durch Krankenkassen) <i>Infos und Anmeldung bei Ina Klinger ☎ 03772-3729056, www.lebensfreude-ina-klinger.de</i>	Ganzheitliche Physiotherapie Ina Klinger Prof.-Dr.-Konrad-Zuse-Str. 4 Schneeberg
29.8./19:30 Uhr	Vortrag „Heilpflanzen – die Schätze der Natur“ Warum sie ihre Wirkkraft verlieren, mit Steffi Schindler, p.P. 10 € <i>Infos u. Anmeldung Ellen & Dr. Burkhard Flechsig, ☎ 037341-50370, www.ars-medendi-gmbh.de</i>	Naturheilpraxis Dr. Flechsig Schillerstr. 68 Ehrenfriedersdorf

datum/zeit	veranstaltungen September	ort	
BIODANZA ab September jeden Montag in der geraden Woche 19.00 Uhr (siehe Bericht Seite 5) Anmeldung bei Christine Lukaschek (0177-7219150) Kurs Qi Gong jeden Montag 16:30 Uhr und 18:00 Uhr in der ungeraden Woche Meditation jeden Freitag 19:00 Uhr in der ungeraden Woche <i>Infos und Anmeldung bei Heidrun Günzel ☎ 037756-1509</i>		Begegnungszentrum im Kaufland Schwarzenberg	
1.9./10-18 Uhr	Selbstheilungsseminar , mit Patricia Gulde (Voraussetzung Grundkurs Pranaheilung)	 Kunsthaus Eibenstock Ludwig-Jahn-Str. 12, Eibenstock	
10.9./19 Uhr	Vortrag Pranaheilung – ein Weg zu selbstbestimmter Gesundheit , mit Grit Mustroph, 5 €		
16.9./18-21 Uhr	Aufstellung als Methode – Familienstellen mit Manuela Hüller, Systemaufstellerin und Ines Gabel (siehe Beschreibung Infoblatt Seite 6) ☎ 0152-34398032, ines.gabel@web.de Beginn der neuen YOGA-Kurse 17:30-18:30 Uhr YOGA für Fortgeschrittene 19:00 Uhr YOGA für Anfänger 17:30 und 19:00 Uhr YOGA für Fortgeschrittene mit Yogalehrerin Gudrun Keßler, Anmeldung ☎ 03771-246977 19:00 Uhr, Kundalini-YOGA mit Yogalehrer Rocco Weigel, 10 Einheiten, Anmeldung ☎ 0151-40733027		
ab 17.9.	Brotbackkurs „Sauerteigbrot selbst backen“ mit Vollwertköchin Sandra Müller, Dauer: ca 2 ½ h. Anmeldung bei Sandra Müller 0172-7942419, 25 €		
21.9./10 Uhr	Beginn Tanzkurse mit der Tanzschule City-Dance , Anmeldung per E-Mail: citydance@gmx.de		
21.9./14-20:30	Workshop „Heilen mit Zahlen“ Altes Wissen für eine neue Zeit. Schon Pythagoras wusste: „Die Zahl ist das Wesen aller Dinge“		
28.9./9:30-21 Uhr	Aufbau Workshop „Neue Russische Methoden“ – Next Level , nach dem Basis Workshop bei Basisimpuls erlernst Du nun weitere Techniken. Erfahrungsaustausch, auf Herausforderungen eingehen, weitere Blockaden lösen, mit Holger Gierth, www.basis-impuls.de		
29.9./9:30-19 Uhr	<i>weitere Infos und Anmeldung bei Kerstin Schreier, ☎ 037752-50420, www.kunsthaus-eibenstock.de</i>		
ab 2.9./18-19 Uhr	NEU! Kursbeginn Japanisches Heilströmen Das Heilströmen als Kurs, 8 Einheiten von je 60 min, montags von 18 - 19 Uhr. Erlernst die Grundbegriffe dieser Methode, fangst an zu strömen und profitierst ein Leben lang davon. Kosten: 80 € p.P.		 Ganzheitliche Physiotherapie Ina Klinger Prof.-Dr.-Konrad-Zuse-Str. 4 Schneeberg
11.9./18-20 Uhr	Kostenloser Info-Abend Informationen zu den ganzheitlichen Angeboten der Praxis... Was kann man mit der Aura-Analyse erkennen? Wie wirken Energetische Massagen? Was ist eine Klopf-Technik? Ich beantworte gern Eure Fragen.		
ab 18.9./17-18	Kursbeginn Entspannungstraining – in 8 Einheiten von je 60 min erlernst ihr das Autogene Training, eine Form der Selbstsuggestion, die zur Tiefenentspannung führt, mit vielen alltagstauglichen Tipps wie Atem- und Dehnübungen, die leicht und praktikabel sind. Kosten: 80 € p.P. (Erstattung durch Krankenkassen)		
27.9./18-19:30	Qi-Gong-Schnupperkurs , Qi-Gong-Lehrerin Andrea Ullmann gibt uns in Theorie und Praxis einen Einblick in diese alte, chinesische Heilform. Krankheitsvorbeugung, Stärkung der Körperenergien, Förderung der Beweglichkeit ... Kosten: 8 € p.P. <i>Infos und Anmeldung bei Ina Klinger ☎ 03772-3729056, www.lebensfreude-ina-klinger.de</i>		
4.9./18:30 Uhr 14.9./9:30 Uhr	offener Abend für Familien- und Systemaufstellungen Tagesseminar Familien und ihre Ordnung mit Bettina Brückner und Catrin, <i>Infos und Anmeldung ☎ 03733-26401, E-Mail: bettina.brueckner@gmx.de</i>	Praxis Leicht-Sein Max-Michel-Str. 15 Annaberg	
5.9./19:30 Uhr	Vortrag „Warum sind Haare und Haut Spiegelbild unseres Körpers?“ Erfahren Sie mehr über dieses erstaunliche Zusammenspiel mit Katrin Landrock, 10 €	 Naturheilpraxis Dr. Flechsig Schillerstr. 68 Ehrenfriedersdorf	
12.9./19:30 Uhr	Vortrag „Leber an Großhirn...“ Organe, Drüsen, Körperteile – Nachbarn in Harmonie? mit Katrin Hildebrand, 10 €		
19.9./19:30 Uhr	offener Abend Familienstellen , Beitrag 15 €, bei eigener Aufstellung 50 € mit Uwe Reißig		
26.9./19:30 Uhr	Vortrag „Rose, Borretsch, Herzgespann und andere“ – Die einfache Anwendung unserer einheimischen Heilpflanzen in Form von Tinkturen, Tees, Ölen und Medizinälweinen mit Grit Tetzner, 10 € <i>Infos u. Anmeldung Ellen & Dr. Burkhard Flechsig, ☎ 037341-50370, www.ars-medendi-gmbh.de</i>		
7.9./11-17 Uhr	SOMMERFEST Tag der offenen Tür und 150 Jahre DRK mit buntem Familienprogramm, Eintritt frei	 Neukirchner Villa Robert-Koch-Straße 5 Thalheim	
ab 2.9.	neuer Kurs Showtanz für Kinder: jeden Montag von 17-18 / 18-19 Uhr mit Katja Reither vom Tanzprojekt aus Schneeberg		
ab 10.9.	neuer Kurs Qi Gong jeden Dienstag von 18:30-20 Uhr, mit Dagmar Zais (siehe Anzeige Seite 5)		
27.9./20 Uhr	Hauskonzert Stellmücke & Trotzband „Bemüht-Lustig-Tour“ Kartenvorverkauf Bücher Walter in Thalheim und siehe unten <i>Infos und Anmeldung unter ☎ 03721-265353 und www.neukirchner-villa.de</i>		
14./15.9.	Seminar 1. Feldenkrais Wochenende im Erzgebirge , mit Ralf Zieger, Erlernen einer gesundheitsfördernden, sanften Bewegungsmethode, um Stress abzubauen, Gelenkschmerzen aufzulösen und zu verhindern sowie Ihren Körper bewusster zu bewegen. Vitalzentrum Schwarzenberg , Kosten 160,- €, Teilnahme ohne Vorkenntnisse möglich, <i>Infos und Anmeldung bei Bärbel Espig, Info ☎ ab 18 Uhr 0171-7482649</i>		
ab 17.9.	Beginn neuer Yoga-Kurse mit Yogalehrer Rocco Weigel	Kunsthaus Eibenstock Ludwig-Jahn-Str. 12, Eibenstock	
ab 18.9.	19:00 Uhr dienstags, Kundalini-Yoga im Yogazentrum Schwarzenberg		
ab 19.9.	19:00 Uhr, mittwochs, Kundalini-Yoga im Kunsthaus Eibenstock 18:30 Uhr, donnerstags, Hatha-Yoga in den Kliniken Erlabrunn <i>Infos und Anmeldung ☎ 0151-40733027</i>		

Nach Datum sortiert auf www.bio-erzgebirge.de
Kontakt: Ann König · 037756-80696 · 0152-22547608 · info@bio-erzgebirge.de
Alle Angaben ohne Gewähr.
Kostenfrei zum Mitnehmen.

4. Spiritueller Erlebnistag in Chemnitz & Marktplatz für Naturprodukte
Ort: Kraftwerk e.V., Kaßbergstraße 36 (siehe Anzeige Seite 3)
Veranstalter: Zeitschrift „Trommelgeflüster“