
Sonntag, 19.09., 18:00 Uhr – Donnerstag, 23.09., 14:00 Uhr

Astrid Poensgen-Heinrich Alte Str. 2, 52156 Monschau,
Tel.: 02472 / 9127973, e-Mail: AstridPoe@aol.com

**Wacher Geist – Entspannter Körper - Dem Alltag ge-
lassen entgegen sehen**

Wünschen wir uns das nicht jeden Tag und jede Stun-
de?

Während dieser 5 Tage zeige ich Ihnen Übungen aus
dem Ganzheitlichen Gedächtnistraining, die Ihre Kon-
zentration fördern, Ihre Wahrnehmung schulen, Ihre
Denkflexibilität anregen, Ihre Phantasie aufleben lassen
und - Ihnen Spaß machen!

Auf einem Gedächtnis-Parcours in der schönen Natur
rings um das Biohotel lernen Sie, wie Gedächtnistraining
mit Bewegung verknüpft noch effektiver sein kann.

Eine ganzheitliche Massage nach TouchLife mit den
wunderbaren, reinen ätherischen Ölen von Primavera
rundet dieses Wochenende ab.

Die gute Atmosphäre in diesem Haus und das gesunde
und leckere Essen, das die Küche bietet, unterstützen
auf das Schönste unser Streben nach einem wachen,
konzentrierten, neugierigen Geist und einem ausgeruhten
und entspannten Körper.

Seminargebühr an Frau Poensgen-Heinrich € 160,-.

