



## Säure-Basen-Fasten und Burn-Out-Prävention im Herbst und Winter auf Wangerooge

Das Entspannungs- und Gesundheitsangebot auf Wangerooge im Herbst und Winter wächst weiter. Kerstin Haver bietet im Parkhotel New Hampshire ganzjährig Entspannungs- und Gesundheitsangebote an, vielfältige kostenlose Informationsveranstaltungen und Einzelberatungen bei Krisen, Fragen und Widerständen. „ Zeit für sich – Aktive Entspannung, Veränderung: Nirgendwo ist die Verbindung des Menschen mit den 5 Elementen (Feuer, Wasser, Metall, Erde und Holz) so intensiv wie auf einer Nordseeinsel. Mit ihrer Praxis Kinesiologie im Zentrum nutzt Kerstin Haver genau das und hat in diesem Herbst und Winter ein attraktives Seminar- und Gesundheitsangebot für unterschiedlichste Ansprüche.

Gleich zweimal lädt sie in diesem Winter zum gesunden Säure-Basen-Fasten ein. 7 Tage werden die Teilnehmer beim Säure-Basen-Fasten begleitet mit einstündigen Gruppenangeboten, in denen es neben dem Austausch von Erfahrungen auch um vielerlei Informationen über Gesundheit, Stress, Entgiftung und Prävention geht. Für das leibliche Wohl wird im Parkhotel New Hampshire gesorgt und auch einen Fitnessraum und zwei Saunen stehen Teilnehmern dort zur freien Verfügung.

Kerstin Haver hat außerdem ein Burn-Out-Seminar im Angebot. Bei einem Kurzaufenthalt von 3 bis 5 Tagen können sich die Teilnehmer auf der Insel Wangerooge einmal so richtig durchpusten lassen, das Reizklima für sich nutzen und mit Kerstin Haver den Ursachen ihrer Belastungen auf den Grund kommen, und dabei neue Verhaltensstrategien entwickeln, um zielgerichtet auf das steuern zu können, was Ihrem Sinn für das Leben entspricht. Täglich gibt es zweistündige Einzelgespräche, intensiv mit Kinesiologie und neurolinguistischem Programmieren. Beide Methoden zeichnen sich durch hohe Effizienz aus, sodass auch bei einem kurzen Inselaufenthalt optimale Erfolge erzielt werden können.

Alle weiteren Informationen zu den Herbst und Winterangeboten finden Sie hier:

<https://www.wangerooge.de/meine-nordseeinsel/wangerooge-im-herbst-und-winter.html>

26 Zeilen (inkl. Überschrift)

2070 Zeichen (inkl. Leerzeichen)

Für Rückfragen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung.

Kurverwaltung Wangerooge

Rieka Beewen

[rieka.beewen@wangerooge.de](mailto:rieka.beewen@wangerooge.de)

Tel.0 44 69 9 91 26