

# Workshop Periode

EINE AUSZEIT FÜR DICH  
IN VERBINDUNG MIT DEINEM KÖRPER



LERNE DEINE WEIBLICHKEIT (NEU) KENNEN:

HORMONWISSEN

KÖRPERBEWUSSTSEIN

METHODEN & TIPPS FÜR EINE SCHMERZFREIE PERIODE

**28.01.2023 | 9.30-12 UHR**  
**KURSTRAUM BAD KISSINGEN**

@vanessa\_seufert

Ich möchte dazu einen Raum schaffen,  
in dem du in Verbindung mit dir selbst  
treten kannst:

☆ Circle Charakter: Austausch mit  
anderen Frauen

☆ Wissen: Hormone & Wirkung

☆ Wissen: Organe & Einfluss auf meine  
Periode

☆ Wissen: Ernährung, Alltag, Umfeld

☆ Zyklustracking

☆ ins Tun kommen: Methoden, die mich  
unterstützen und Strategien, diese  
umzusetzen

☆ Zeit für dich: weibliche Energie  
(wieder) entdecken

Dein Invest: 35€

Anmeldung: [kontakt@vanessa-seufert.de](mailto:kontakt@vanessa-seufert.de)

@vanessa\_seufert