



WORKSHOP

Happy Hormones

Du möchtest mehr über Deinen Körper und Deine Hormone lernen und wie Du sie positiv beeinflussen kannst? Oder vielleicht hast Du auch zyklische Probleme und wirst jeden Monat von starkem PMS geplagt und quälst Dich durch die ersten 1-2 Tage deiner Periode mit Schmerzen.

Möglicherweise sind Deine Hormone aus der Balance.

Wie Dein Hormonsystem funktioniert, was alles Einfluß auf es hat und wie Du Deine Hormone wieder in Balance bringst erfährst Du in diesem Workshop "Happy Hormones - in jeder Lebenslage"

- **Teil 1: Die weiblichen Hormone und was Du über Deinen Zyklus wissen solltest. (5.10.24)**
- **Teil 2: Wie wir unsere Hormone glücklich machen. (12.10.24)**
- **an beiden Tagen mit einem abschließenden "Happy Hormone Workout"**

DETAILS:

- ☯ 05.10.2024 Teil 1
12.10.2024 Teil 2
- ☯ von 9:00 bis 12:00 Uhr
- ☯ Preis: 75,-€ p.P. und Kurstag (€140,- für Beide)