

## LEBE-leichter-Wochenende in der AllgäuWeite

Erleben Sie das ganzheitliche „12-Wochen-Lebe-leichter-Programm“ in komprimierter Fassung als Wochenend-Seminar. Wer sehnt sich nicht nach einem Leben mit mehr Leichtigkeit? Wie wohltuend ist es, äußerlich Ballast zu verlieren und auch innerlich leichter zu werden! „LEBE-leichter“ ist ein ganzheitliches Ernährungsprogramm, um „genial normal“ ihr Wunschgewicht in den Blick zu nehmen. LEICHTER LEBEN kann Ihr Lebensstil werden.

### Was sie erwartet:

- Lernen Sie die Grundregeln einer guten und bewussten Ernährung kennen.
- Entwickeln Sie mit Motivation eine Vision für Ihre Gesundheit.
- Entdecken Sie, wie ein „bewegter“ Lebensstil gut tut.
- Belebende Impulse, durch die wir uns bewusst auf Jesus Christus ausrichten, der uns bedingungslos liebt und echte „Erleichterung“ schenkt.
- Tage, die eine Veränderung anstoßen und Körper, Seele und Geist erfrischen.

### Teilnehmer Feedback:

- „Sehr informativ, AHA-Erlebnisse und ein bewegendes Miteinander“.
- „Farbenfrohe Themen, die mir zum Segen wurden und mein Herz tief berührt haben“.
- „Viel Interessantes über den Körper erfahren, plus Nahrung für die Seele, super Kombi“.
- „Es war für mich eine große Ermutigung und Hilfe“.

**Datum:** Freitag 18.10.- Sonntag 20.10.2024

**Seminargebühr:** 60,00 €



**lebe leichter**®

**Referentin:** Mirjam Neufeld, Schwäbisch Gmünd, mit Leidenschaft teilt sie lebensverändernde Themen für Körper, Seele und Geist. Ihr Anliegen ist es Ermutigung und Hoffnung zu wecken, Veränderungsprozesse anzustoßen und zu begleiten.